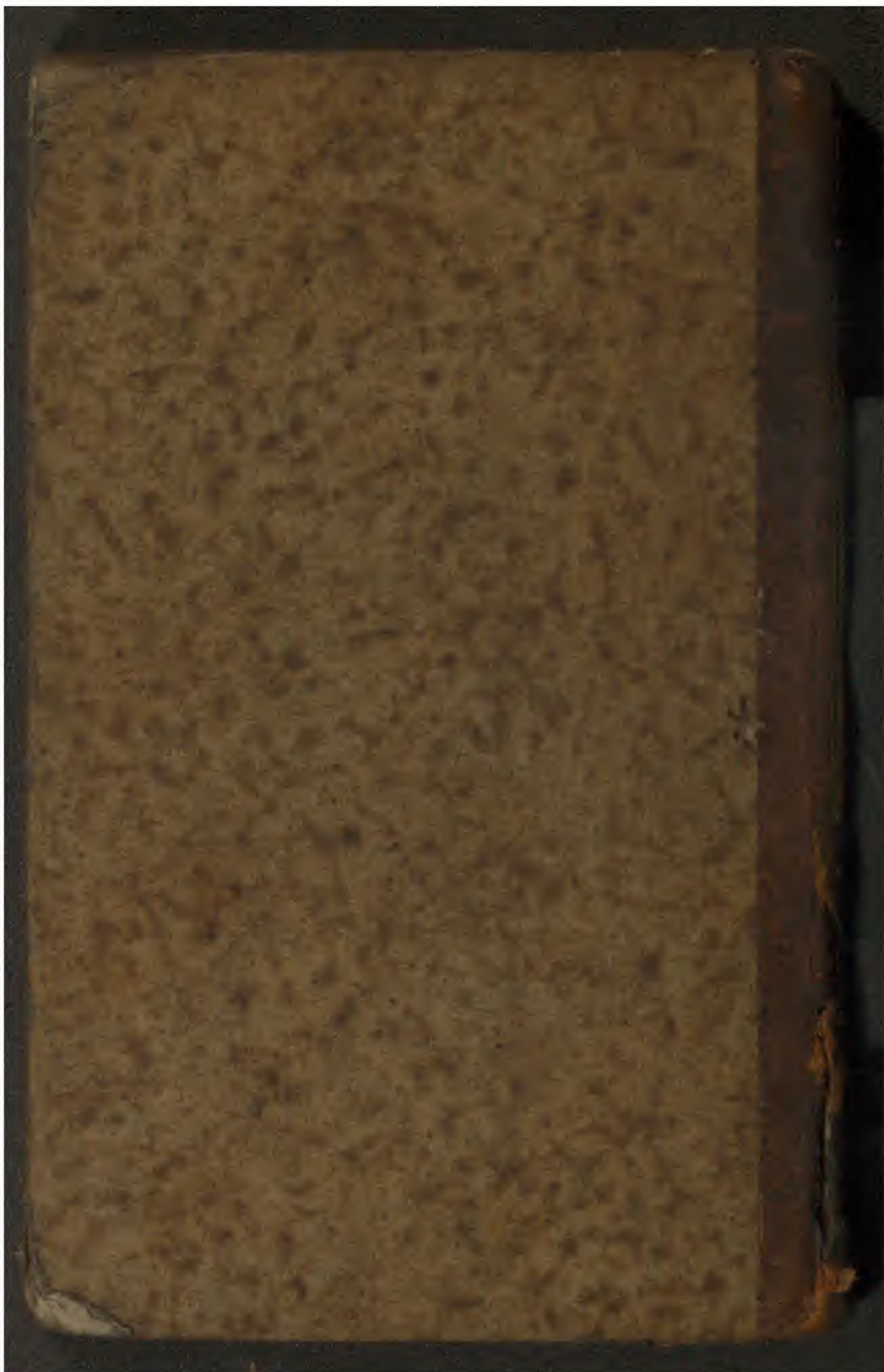






Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
5352/A/1





Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
5352/A/1



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
5352/A/1



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
5352/A/1

f. 2. 10

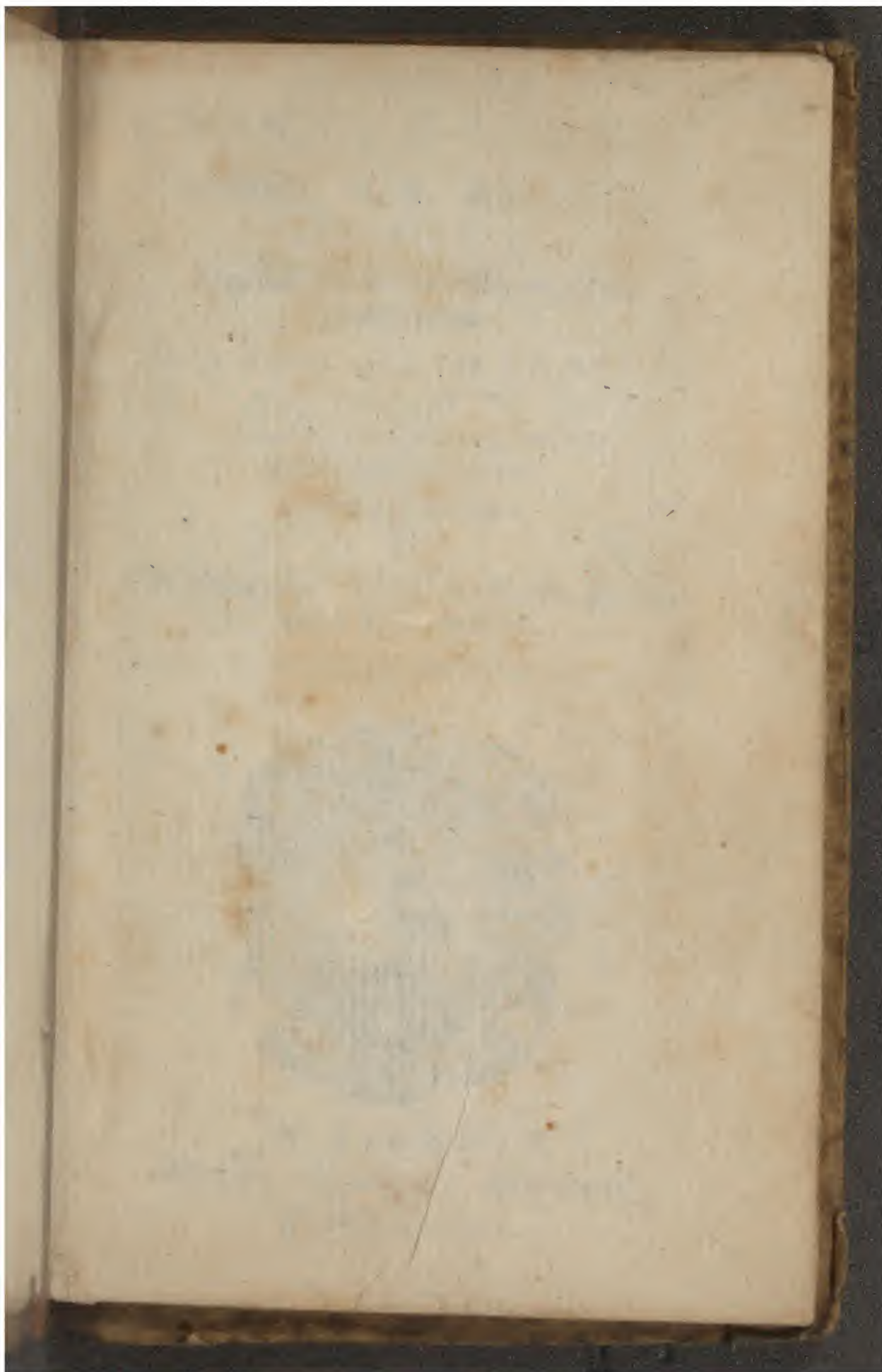
C II

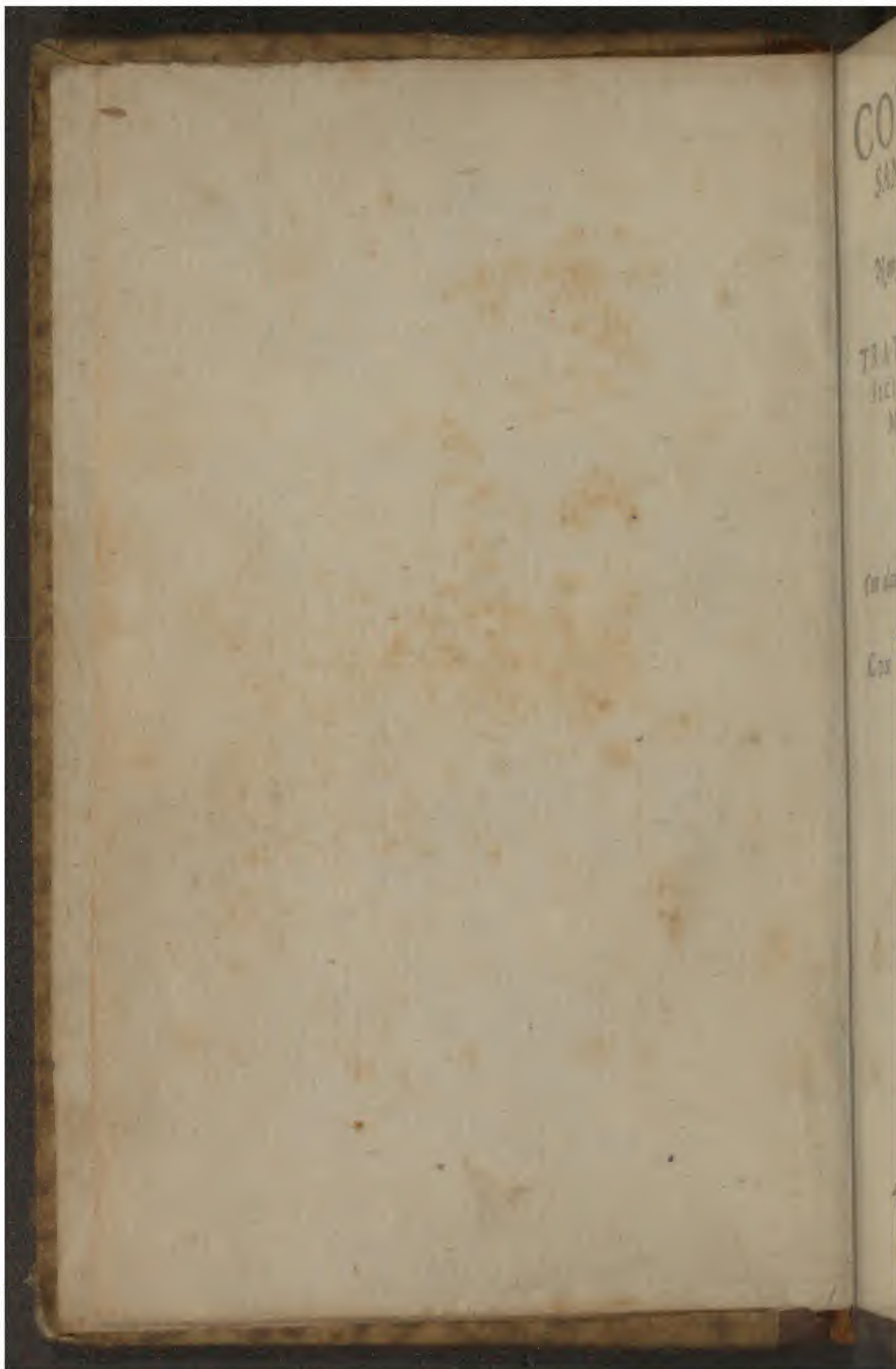
£ 150

16/2

5352 | A | 1

By Silvano Razzi





42599
MODO DI
CONSERVARSÌ
SANO, PER REGOLA
DI VITA;

*Non solo quando è la Peste, ma in tutti
gl'altri tempi.*

TRATTO DA MARSILIO
FICINO, TOMMASO DEL GARBO,
Manardo da Ferrara, Lino da
Correggio, & altri ec-
cellentissimi Me-
dici.

*Con alcuni Auvertimenti in principio d'intorno
alla medesima materia.*

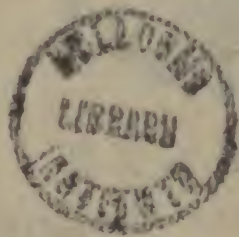
CON LICENZA DE' SUPERIORI.



IN FIRENZE
Appresso Bartolomeo Sermartelli,
M D LXXVII.

*Ex libro secundo Paralip.
Cap. VII.*

SI misero pestilentiam in populū
meum, conuersus autem popu-
lus meus, super quos inuocatum est
nomen meum, depræcatus me fue-
rit, & exquisierit faciem meam, &
egerit pœnitentiam a vijs suis pes-
simis; ego exaudiam de cœlo, &
propitius ero peccatis eorum, & sa-
nabo terram eorum.



A L
R E V E R E N D I S S I M O
P A D R E D O N P I E R O
B A G N A C A V A L L O , G E N E R A L E
dell' ordine di Camaldoli
P. suo offeruandifs.

D. SILVANO RAZZI, MONACO. S.



A V E N D O io à
questi giorni letto molti
libri, che in questi, &
altri tempi sono stati
fatti da huomini eccel-
lenti, d'intorno al modo
di preseruarsì dalla peste, e venendo, di
curarla, nel venire ultimamente in con-
siderazione, che quasi la maggior parte
de gl'huomini amano meglio di sapere
come preseruarsì col reggimento della vi-
ta: e con alcuni rimedii di fuori, e dili-
genze più facili tenere per quanto si può,
da se lontano il male: che di pensare al
modo di curarlo quando uenga: come
quelli, che ò ci penseranno allora, ò si ri-
metteranno à chi hauera di essi cura, e
A 2 massi-

massimamente in Dio: ho cauato da gli
scritti di dotti Medici, e messo insieme
tutto, che appartiene al modo di viuere,
e gouernarsi ne' tempi di peste. Et ap-
presso ancora alcuni facili rimedii, i qua-
li da quasi tutti fare si possono ageuol-
mente, et usare. Il che come fatto mi
sia venuto, e di quanto giouamento possa
essere in ogni tempo, potra uedere uostra
P. Reuerendissima. Allaquale indiriz-
zo questa mia piccola, non dico ne opera,
ne componimento (essendoci poco di mio)
ma fatica, e diligenza di hauere caua-
to da i detti Autori tutto, che ho giudica-
to à proposito di questa mia intenzione, e
postolo insieme. Aggiugnendoui alcuni
auuertimenti, secondo, che mi ha inspi-
rato Dio benedetto. E con questo, senza
piu oltre dirle, humilmente mi raccoman-
do nella sua grazia, e con ogni riuerenza
le bacio le mani, che nostro Signore Dio
la conserui felicissima.

Di Firenze il di di Sant' Ambrosio .1576.

AVVERTIMENTO
PRIMO.



I COME ALCUNI MA-
lori d'importanza, ò già
venuti in alcun corpo, ò i
quali si teme, che non ven-
gano, non si possono ben
curare, ò prouedere, che
non vengano; se non si và
inuestigando la radice, & il fonte, donde
possano hauere origine principalmente, per
tagliar lor la via, & altrimenti adoperando,
si può ben cō vnzioni, & empiastri alleggia-
re alquanto il dolore, ma non già sanare la
piaga del tutto, ò riparare, che non segua.
Così ò già venuta, ò soprastante la pestilenza,
ò altra tribulazione non se ne può mai spe-
rare liberazione intera, se non trouata prima
la radice, & origine, donde principalmente
così fatti mali procedono. Per tanto essen-
do certissimo, che altronde non vengono,
che da i grauissimi nostri innumerabili pec-
cati, quando più oltre non gli può sostenere
la diuina iustizia, è necessario, volendoue dal
la misericordia di Dio essere liberati, leuar
via la cagione del male, ciò è primieramente
cancellare i vecchi peccati con vero penti-
mento, e dolore; e con chiederne humil-
mente perdono, quasi continuamente stan-
do in orazione, e lachrime: & appresso, per-
che nō ben si può dir pentito dell'un mal chi
A 3 dell'

dell'altro s'apparecchia; fare vna santa deliberazione, di non voler piu commetterne per quanto può l'humana fragilità, e massimamente di quelli, i quali sappiamo, per l'autorità delle sacre lettere, maggiormēte muovere la diuina iustizia à mandarne de' flagelli. Chi sa, che Dio, così noi adoperando, nō ci perdoni? Chi sa, che vedendo il nostro pentimento, e buona, disposizione di voler piu christianamente viuere per l'auuenire, che fatto nō habbiam per lo passato; & meglio, secondo la sua legge; non dica all'Angelo, che forse sta per percuotere ancor noi, *Cesset iam manus tua*: E questo si dee credere, per mille esperienze, che n'habbiamo, che sia il vero, e principal rimedio contro la peste, e tutte altre tribulazioni, e flagelli.

AVVERTIMENTO SECONDO.

IO non posso fare, che alcuna volta, quasi non mi rida, & non habbia per huomini di poca considerazione alcuni (non sò come chiamarli) i quali vedendo le prouisioni, che si fanno in questi tempi, e spiritualmente, e temporalmente, perche stia lontana la peste da quelle contrade, le quali, per grazia di nostro signore Dio, non ne sono infette; dicono, Facciasi pure quanto altri vuole, s'ell'hauerà da venire, verrà per ogni modo. Quasi che stolta cosa sia, e perdimento di tempo il fare cotali diligenze, e non s'auueggiono, parlando humanamente, che s'elle
non si

non si fussero fatte, e non si facessero (inspirante la diuina grazia) ella, già è buona pezza, non pure sarebbe fra noi passata, ma faremmo à poco men reo termine, che que' miseri, de i quali ha fatto, e fa tuttauia questo contagioso male si miserabile strage. La doue pure habbiamo (siane grazia à Dio) quando pur venisse, che à Dio non piaccia, questo piu spazio di vita, e tempo da riuerci de' nostri errori, & chiederne misericordia. Et anco modo di aiutarci humanamente, con que' mezzi, che ci ha dato il Signore. Ma lasciando costoro nella loro stoltizia, dico, che se ben vengono sempre, che piace à Dio i flagelli, non per tanto dobbiam noi aiutarci, e guardarci da i soprastanti pericoli, in quanti modi sono mai possibili, pure, che non vi sia offesa di Dio; e da questo particolarmente della peste, con quelle diligenze, che si fanno da i Principi, e dalle Repubbliche: Et appresso, chi puo farlo, cō que' modi, e regole di vita, che da medici eccellenti sono stati giudicati migliori, e piu atti à conseruarne sani, e liberi da si fatta pestilenziale contagione. Ma sopra tutto col pregare, come si fa per tutto, ma doue con piu affetto, e doue cō meno, di ordine di sua Beatitudine, nostro signore Dio benedetto; che se essere dee à sua gloria, e salute delle nostre anime, voglia degnarsi rimuouere da noi, per sua misericordia ogni soprastante pericolo.

AVVERTIMENTO TERZO.

IL NON guardarsi, quanto può ciascuno, secondo lo stato suo; e saluo sempre quello, che da molti, secondo gl'vfficij richiede, per conueneuole modo, la pietà christiana; credo io per me, altro non essere, che vn tentare Dio. E se alcuni tal volta si stracurano, per vna certa buona mente; come forse persone idiote, ma buone, e timorate; non si puo dire, che ciò sia altro, che vn cotal modo di fare piu tosto (come ad altro proposito dice San Tommaso) secondo vn certo zelo, che *secundum scientiam*, per dire le sue proprie parole. Si come senza dubbio tenterebbe Dio (se gia non venisse da esser fuori d'ogni buon sentimento) chi passando per vna strada non si cansasse potendo, e non si ritirasse al sicuro nel vederli venire in contra vna fiera adirata, ò da alto star per cadere alcuna cosa, che potesse vcciderlo: così credo io farebbe nō piccolo errore vno, ancor che per altro auueduto pastore, e santo, il quale andasse, verbigratia, à visitare infermi ne' tempi di peste, senza essersi prima armato cōtra si fatta contagione: & hauere in mano, in bocca, & a dosso da potersene difendere, per conseruarsi à molti, i quali possono abbisognare del suo caritatiuo vfficio. E quello, che si dice d'un pastore, si può dire di qualunque altro, ilquale non fuggisse, quanto si può honestamente ogni pericolo. Il santo
Apo-

Apostolo infino à che non fu l'hora sua venuta, ricordádosi del detto del Saluator nostro, se vi perseguiteranno in vna città, fuggite in vn'altra; si fece non che altro, calare vna volta in vna sporta, giu per vn muro, per scampare dalle mani de' suoi persecutori: e non dimeno, quando poi fu tempo, mise il collo à douere esser tagliato, ben uolentieri.

AVVERTIMENTO QVARTO.

ANchor che Dio benedetto, e onnipotente, possa tutto, che vuole, e gli piace, in tanto, che potrebbe in vn momento creare mille mondi, e disfargli; e far multiplicare senza tante fatiche, il formento ne'granai, tuttauia gli piace (eccetto, che quando opera alcuni miracoli, o manda subiti flagelli per i nostri peccati) che le cose vadano per vn certo ordinario, e vi concorrano le seconde cause. E che siano (verbi grazia) le raccolte, le carestie, & altre cose somiglianti, secondo che portano le qualità de' tempi, e delle stagioni. le quali tutte cose essendo vere, che sono verissime, ne seguita, che nõ solo non deuemo essere stracurati nelle cose attenenti alla saluezza, 'e ben nostro, ma anco deuemo con qualche diligenza e con que' mezzi humani, che vengono dalla sua bontà, procurarle. Non dico con sollecitudine, il cui proprio è fare le cose con troppo affetto, ma con alcuna diligenza, conciosia, che mentre humanamente ci adoperiamo,

A 5 dobbia-

dobbiamo hauere l'animo dispostissimo à riceuere dalla mano di Dio ben volentieri qualunque cosa verrà come nostro migliore. E queste cose dico generalmente parlando cōciosia, che potendo molto bene essere, che alcuni si trouino di tanta perfezzione e fede, che circondati da migliaia di nimici popoli non temerebbono; anzi sicurissimi caminerebbono sopra gl'aspidi, e basilischi; e conculcherebbono i leoni, e i draghi; possono questi tali, come che pochissimi sieno, senza altro fare, rimettersi al tutto nella volontà di Dio, onde San Diadoco, dopo hauer detto, che a gl' huomini religiosi, e tutti dati à Dio, è lecito, quando sono infermi; chiamar medici alla loro cura, e medicarsi, soggiugne poco appresso, ma se alcuno in compagnia di due, ò tre fratelli, fa vita solitaria, e romita in luoghi deserti, e separati dalla conuersazione de gl'altri huomini; sia combattuto da qual si voglia infermità, si applichi in fede & al tutto si rimetta nel signore, ilquale sana ogni male, & languore, per cio che hanno per molto conforto, e consolazione de' loro mali, dopo il signore essa solitu dine; onde non manca mai di esercitarsi nella fede chiunche è tale, massimamente non hauendo quiui luogo dimostrare con pericolo di vanagloria la virtu della tolleranza, seruendosi della solitudine, come d'un velo, che da cio lo ricuopre.

A V V E R-

AVVERTIMENTO QUINTO.

SE bene, secondo, che alcuni la diffiniscono, non è altro l'epidimia, ò vero pestilenza, che vna mutazione d'aria inputredine, ò vero pessima qualità vniuersalmente, & à molti pestifera, ò vero secondo **MAR- SILIO FICINO** vn vapore velenoso, con creato nell'aria, nemico dello spirito vitale, bisogna nondimeno, à voler questo retta- mente intendere, notare, come afferma il medesimo **FICINO**, che quando dice que- sto vapore essere velenoso, non si dee crede- re, che sia proprio veleno secondo la forma; e tutta natura sua: percioche se così fusse, tut- ti gli huomini infermerebbono; ma è di qua- lità da diuentare facilmente veleno. E vele- no allora propriamente diuenta, quando nel corpo humano per esso si putrefanno, e ri- bollono gl'humori in certo grado.

Ma sia questa pestilenza, ò aria conuertita in putredine, ò vapori velenosi concreati nell'aria, bisogna dire (vengano da qual si voglia delle cagioni, che dice il **FICINO**) che ella non sia sempre à vn modo, ma hora piu, e talor meno, e quando maggiore, e quando minore: poi che alcuna volta le pe- sti sono state tali, che pochissimi ne sono scã- pati, come l'anno mille, e trecento quaran- t'otto, che solo dētro alle mura di Firenze, si crede togliesse di vita oltre à cēto mila crea- ture humane: & alcuna tali, che de i popoli
fra

fra i quali sono state, solamente vna parte è perita, e talor ben piccola.

Ma queste cose non ostanti sono alcuni d'opinione, che nõ sia questo male, ne mutazione d'aria in putredine, ne parimente vapor velenoso conreato nell'aria, se non forse poi che alcuna prouincia è piena d'appetati. E lo prouano, perche sia hoggi l'aria come si voglia, veggiamo che doue la peste non è portata da luoghi infetti, niuno si sente, che solo per l'aria mutata in putredine, ò vapori così fatti, diuenga infermo di questo male. Il che per ogni modo auuerrebbe se la cagione fusse nell'aria, ò ne vapori. E se ci venissero persone ò robe appestate, comunque l'aria sia, & ancorche ottima; sene riempierrebbe ogni cosa. Seguita per tanto, che posto che tal volta si truoui alcuna sì fatta malignita nell'aria; ò per cagione di lei, ne' corpi humani; ella non sia cosa, che per se stessa possa generare pestilenza: ma sì bene atta à riceuerla subito, che pur' vn poco se l'auicini, sì come non sono le cose aride, & vnte, per se stesse atte à generar fuoco, essendo lasciate stare, ma sì bene à riceuerlo, ogni volta, che loro si appressi ogni piccola fauilla.

Ma se questo è vero, noi possiamo anco dire, che non alcuna volta, ne à certi tempi solamente, ma cotale malignità sia sempre nell'aria: poi che ogni volta, che da luoghi appestati vanno infermi, ò robe state loro, in qual si voglia aria, ò prouincia, subito vi si appicca

appicca la peste, auuētandosi addosso altrui, non altrimenti, che faccia il fuoco alle cose vnte. Di maniera, che siamo forzati confessare, ò che non sempre, come fa si appiccherebbe, ma solo quando trouasse l'aria sì fattamente disposta; ò vero, che l'aria sia sempre, quanto à ciò la medesima, poi che sempre s'appicca.

Oltre ciò, se à questi nostri tempi fusse la peste, ò mutazione d'aria in putredine, ò vapori concreati, come di sopra; e non piu tosto vn male, che da vn luogo all'altro passasse per contagione, ò vero per contatto, e toccamento; gran fatto sarebbe, che come è passata dalle parti di Vinezia à Milano, ella non passasse anco i fiumi, per sì piccolo spazio, verso Piacenza, e Ferrara. Due cose adunque (salue sempre le migliori openioni, & ragioni) pare, che per le cose dette, si possano conchiudere. L'vna, che, come dice vn Poeta, in questo veracissimo, la peste sia vn male, che lo manda Dio benedetto, come, quando, doue, e per quanto gli piace; non con ordine fermo, e precedenti cause naturali, ma secondo che pare alla sua onnipotenza assoluta: & l'altra, che è possibile cosa con la sua grazia, e facendo, quanto si è detto nel primo Auuertimento, che le provincie, le quali insino ad hora nō sono infette, per questa volta, ne rimangano libere. E per saluare le dette due diffinitioni della peste, possiamo dire, che essi intendano, che tali

tali siano l'arie, & i vapori, quãdo di già vna prouincia è in tanto piena d'ammorbati, che ne viene à riceuere l'aria cotali pessime qualità, è fare quasi il medesimo effetto che la contagione: ò vero, che di due sorti peste si ritruoui; vna per mutazione d'aria inputredine; ò vapori concreati come di sopra; e l'altra per contagione, e qual s'è l'vna, quando Dio vuole, per le già dette cagioni; & che amendue intendano della prima.

AVVERTIMENTO SESTO.

A Confermazione di quãto si è detto pur' hora, ciò è, che la peste è vn male, che lo manda Dio, come, quando, doue, e per quanto gli piace; & non v` sempre secondo la regola ordinaria dell'altre infermità; non è forse fuori di proposito auuertire, che ella, per lo piu, non viene da esso Dio, mediante le seconde cause, ne secondo la potenza ordinaria, ma quasi sempre dalla sua potenza assoluta, quando piu oltre, come si è detto, non può la sua Diuina iustizia sostenere le nostre iniquità. E che sia ciò vero; oltre quello, che leggiamo della pestilenza da Dio mandata sopra Israel, quando finalmente hauendo Dio di lui misericordia disse all'Angelo percuziante, *Sufficit nunc, contine manum tuam*; e di quella, che fu al tempo di San Gregorio, e d'altre; si pruoua per questo, che non pare, che molto sia vero quello, che scriue Auicenna, & altri dopo lui, de i segni, che prece-

CONSERVARSI SANO. 15

precedono la peste, quando ha da venire. Percioche, secondo, che da molti è stato osservato, gran parte di essi segni sono stati più volte veduti in ispazio di quasi cinquanta anni, in queste parti d'Italia, & altroue; e non però mai dopo quelli, ancor che se ne sia temuto, è venuta alcuna pestilenza. Non dico già, che quando non sono state le stagioni, & i tempi secondo, che deono, non siano state alcune infermità, e che molti non siano da esse stati tolti di vita, ma dico, che non sono stati epidimia, ò vero pestilenza, e breuemente non vanno le più volte altri segni innanzi alla peste, che peccati infiniti, e grauiissimi: e tal volta miracolosamente alcuni segni straordinarij, e fuori di natura.

AVVERTIMENTO SETTIMO.

Similmente in quanto dicono alcuni, che questo veleno, cioè la peste nasce da cattiu venti, da vapori maligni, da laghi, da pantani, e da terremoti; e che da qualunque cagione proceda, regna principalmente nell'arie grosse, padulose, nebulose, e fetide: diciamo, che se bene è verissimo, che intorno à tali luoghi, e doue possono si fatti venti, e nebbie, sono cattiuissime l'arie, ammalano, e vi periscono molti, anzi mostrano i volti stessi de gl'habitanti, quale il luogo sia: non è per tutto questo vero, che i detti venti, laghi, e paduli generino per loro stessi peste, se altronde non vi è portata. Conciosia, che
se ve-

se uero fusse, che per loro natura, e mala qualità generasseno pestilenza, ne seguirebbe, che sempre in simili luoghi sarebbe la peste; e nondimeno sappiamo cio non esser uero, se non quando è ne gl'altri luoghi uicini, ò ui è da altri luoghi portata: ma si bene altri mali cagionati dalle dette arie, e uenti: Crederrò bene, che quando cominciano ad appestarfi le prouincie, piu facilmente s'appicchi il male insimiglianti luoghi, & alle persone quiui habitanti, che a gl'altri: hauendo gia in parte i loro corpi disposti, per infezzione dell'aria, à riceuere ogni mala contagione.

AVVERTIMENTO OTTAVO.

IL modo di conseruarsi dalla peste per regola di uita, secondo, che insegnano, come appresso uedremo, huomini eccellentissimi, credo io, che sia ottimo non solamente ne' detti tempi di peste, ma per la maggior parte, in tutti gl'altri ancora; e che molto sia da farne capitale; non dico da tutti interamente, ma piu, e meno, secondo, che ciascuno può, secondo lo stato suo. E questo dico, peroche sono molti, i quali, ò per pouertà, ò per hauere altro modo, e regola di uiuere, non possono intorno à cio piu che tanto. Quanto à che pare, che in alcuna cosa discordino fra loro essi medici, i quali danno questo modo di reggersi, non è per tutto ciò, che nelle piu importanti, e piu comuni non conuen-
gano

gano del tutto. Oltre, che bisogna, che altri si serua del giudicio, e dell'hauer molte cose vdite, lette, e uedute. Verbigrazia, se alcuni di costoro diranno douersi fuggire tutte le maniere di pesci, eccetto quelli di fiumi sassosi, e correnti; & il Coreggio non hauera per cattiuu se non quelli, che non sono scagliosi, ò sono nutriti in pantani, & acque cattive; andero pensando, che piu si sia accostato al uero cesso Coreggio, che quegl'altri, i quali hanno detto in contrario: non mi parendo possibile, poniam caso, secondo, che molti dicono, che nō siano così buoni i Muggini, ò uero ziuoli, & i ragni, & altri si fatti pesci di mare; nō uò dire come le Trote; ma come certi altri pesciuoli presi in fiumi petrosi, & correnti: e così dell'altre cose simili. Quanto poi à che non conuengono in tutto, circa gl'herbaggi, legumi, & alcuna sorte di frutti; la cosa non importa tanto, che metta conto uoler uedere così per appunto, chi piu di loro habbia detto il uero.

AVVERTIMENTO Nono.

TVtto, che ottima cosa sia, non pure ne' tempi di peste, ma sempre, e in tutti luoghi stare con la mente lieta, & animo tranquillo piu che si puo, onde fu chi disse, *Mens leta, requies*, moderata dieta: pare nondimeno, che empia cosa sia, e da non douersi fare in niun modo; se non da chi uiua al tutto, quasi animale senza ragione; e come persona senza timore di Dio.

B

Che

Che non miri piu oltre, ne comprenda

Di quel, che innanzi à gl'occhi se gli para;

Il dire, come alcuni in questa opera fanno, che quando si è in pericolo di peste, nō si debbe pensare alla morte. Percioche se niun tempo è mai, nel quale bisogni con tutto l'affetto pensarui è allora desso massimamente, quando altri si truoua in alcun grandissimo pericolo, per qualunque cagione. Conciosia, che se bene niuno si truoua, ilquale sicuramente si possa promettere un' hora di uita, ne un momento; tutta uia allora si puo piu pensare di esserui uicino, quando si è in alcun gran pericolo: Ma è ben uero, che è gran differenza da pensare alla morte in un modo, à pensarui in un' altro. Il pensarui de gl'huomini rei & i quali, come dice l'Apostolo, *Spem non habent*, & uoglia Dio, che fede, laquale sia della buona, può da loro essere tenuto nociuo all'anima, & al corpo, poi che non uolendo ridursi, ne pensare, che quando che sia, à questo passo hanno da uenire, & hauere estremo bisogno della misericordia di Dio; hanno gran cagione di temere, non per la morte del corpo solamente, ma per quella appresso dell'anima. Ma il pensarui de' buoni, i quali, se non l'hanno fatto prima, almeno in tanto pericolo si rassegnano à Dio; si dogliono di hauerlo offeso; si pentono amaramente; e sperano; quando pure auuenga, che alcuna cosa sia di loro; di hauere, non à morire, ma piu tosto à passare da una cōtinua dolorosa morte, ad una perpetua beatissima

tissima uita; è pensier santo, che può giouare al corpo, e senza dubbio gioua infinitamente all'anima. E che dolore può arrecare, anzi, che letizia, e giocondità non apportare à una ben dispostamente, & acconcia à uolere ben uolentieri tutto, che piace à Dio, il pensare, mediante la morte, di hauere à por fine à tante miserie, e fatiche, e per uenire finalmente al desideratissimo porto, e principio di una eterna, e da tutte le parti beatissima uita. Che dolcezza puo, ò douerebbe esser maggiore, che uederli dopo lungo faticoso, e pieno di pericoli, peregrinaggio, uicino alla patria, e non rimanere à farsi altro, che quel brieue passaggio, che ci ha tãto ageuolato il figliuol di Dio con la sua morte; e nel fare del quale habbiamo in aiuto, pur che uogliamo, gl'Angeli santi di Dio, & infiniti beati spiriti, che ne manda Dio, à chi è pieno di fede, e di speranza. E però

Auezzianci à morir, se proprio è morte,

E non piu tosto vna beata vita,

L'alma inuiar per lo suo corso ardita;

On'è chi la rallumi, e la conforte.

Oh quanto è uero, come ben dice in una sua pastorale lettera al popolo di Bologna l'Illustrissimo Cardinale Paleotto, Vescouo di quella Città, con l'auttorità di San Cipriano, che *Spernit christiana mēs omnem iniuriam præsentium malorum, fiducia futurorum bonorum*: e quello parimente che poco appresso si legge nella medesima. *Horreat mortem, qui spem in sanguine Christi effuso non habet: Horreat mortem, qui cæ-*

lum non suspicit; Horreat mortem, qui se ad regnū æternum vocatum esse non sentit. Habbia in horrore la morte chi non ha speranza nel sangue sparso di Christo; Tema la morte chi mai non leua gl'occhi uerso il cielo; Habbia paura della morte, chi non si sente chiamato al regno eterno. E per ultimo chi mai nō pensa alla morte; ò pensandoui non ui pensa come christiano, e ricomperato dal sangue di Giesu Christo, si può dire, che quasi animale sia del tutto senza ragione, poi che ne manca in quello, che maggiormente importa.

DELL'ARIA, HABITAZIONE, E VENTI.
CAP. Primo.

FICINO. Guardati dall'aria stretta, molto rinchiusa, & humida, e sappi, che l'aria, che non si muoue spesso, non si rinnoua, & non è in qualche modo agitata; ò purgata, doue suole, con uenti asciutti, piglia facilmente mistione, e putrefazione uelenosa, nella maniera, che fa l'acqua, la quale sta ferma. Guardati dall'andar spesso fuori, e massimamente digiuno: e parimente quando uien caldo sopra humido, & humido sopra caldo. Item dall'aria troppo calda, peroche apre, & indebolisce molto. L'Aria, & habitazione sia sempre molto asciutta; e di state, oltre questo, sia fresca.

Guardati, quando sei molto caldo di non sentir freddo, ò humido dalla nebbia, e dal uento caldo, & humido, massime ne' luoghi infetti; & ancora se uiene da luoghi infetti. E
da

da ogni uento che uiene da' detti luoghi se non sono molto da lungi, ò rotti da poggi. Il uento, che fa l'aria fredda, e secca, e chiara, e per sua natura falutifero, riccuendolo temperatamente; & è il principale rimedio contra questo ueleno. Habbiti gran cura da i uenti, che uengono da stagni, ò paduli, ò da acqua doue siano herbe marce, ò lino in macero (o uero canapa) & da qualunque mal'odore. Sta discosto da luoghi padulosi, da cattui odori, dall'odore di cauoli, di noci, ruchette, & herbe puzzolenti: astienti da bagni, dal sonno di mezzo giorno, dalla stretta conuersazione, e dalla turba.

COREGGIO Ingegnati uiuere in aria purificata, & in luogo esposto uerso Tramontana, ò uero ponente; fuggendo i luoghi humidi, padulosi, e puzzolenti.

MANARDO. I luoghi, doue si habita deono tenersi puliti, e netti; e siano separati da cessi; da chiauiche, ò uero fogne, e da simili altre cose puzzolenti. Le porte, e finestre, che guardano uerso settentrione, e ponente, si tengano aperte; e chiuse l'altre da leuante, e mezzo giorno.

CIEVROT, medico Franzese. Ancorche la disposizione dell'aria fredda, e secca, al tempo di peste sia piu lodata: nondimeno in quella bisogna moderazione, si come nell'altre cose naturali: hauendo consideratione all'età, complessione, maniera di uiuere, uirtu, sesso, regione, composizione del corpo, costume, malattia, tempo, e cose simili. Percioche ri-

B 3 chiede

chiede uno cose piu calde, che un'altro, e cosi dell'altre qualità, lequali io lascio nella discrezione de' signori Medici, & à quelli, che hanno buon giudizio. Il piu sicuro non dimeno è elleggerli per stanza luoghi alti: tener la mattina, poi che è leuato il sole, essendo tempo chiaro, aperte le finestre uerso leuante; e la sera quelle dalla parte di tramontana, il quale è piu netto di tutti gl'altri uenti: & in difetto di tali finestre siano aperte quelle di uerso occidente: tenendo chiuse quelle di uerso mezzo giorno; perche quel uento di sua natura è peccilenziale. Fuggi parimente i luoghi, che non sono sfogati; e cosi anco il chiaro della luna, & seren della notte. Fuggansi similmente le case sospette, infino à che per lungo tempo non sono bene sfogate, e mondificate, con spargerui ne' tempi caldi aceto, & acqua rosa: & ne' freddi, facendoui buon fuoco, e fumo d'incenso, di uernice & di ginepro, cipresso, alloro, & simili: & in tempo mezzano, mescolandoui cose calde, e fredde. Le quali aspersioni, e fumicazioni si possono fare con buon fuoco, però manco la state, che il uerno, per consumare i uapori della notte.

DEL FVOCO. CAP. Secondo.

FI C I N O, Non dimenticare la mattina il fuoco temperato, & ancora il di, massime ne' tempi humidi.

G A R B O. Quando il tempo è humido, debbesi ne' luoghi, doue si habita, far fuoco continuamente.

tinuamente . E quando il tempo è caldo , solo per tanto spazio ; che basti à risolvere, e consumare i uapori rinchiusi in casa, e stati leuati dall'humidità della notte, e dell'aria . Il fuoco debbe essere di buone legna, come di quercia, d'alloro, di uiti, di ginepro, d'uliuu, & altri simili, sode, & odorifere, & non putride, ne fracide. Non usare fuoco di carboni, percioche da quello si lieuanò cattiuissimi uapori . Non è bene appressarsi, ne stare troppo uicino al fuoco, ne anco troppo lontano, peroche il troppo uso del fuoco può commouere gl' humori, & accendere gli spiriti . E finalmente il fuoco temperato ne' tempi humidi, nebulosi, e uentosi, è ottimo .

GIEVROT , dopo hauer detto quanto di sopra soggiugne, il fuoco ha sì gran uirtu contra la peste , che si legge , Hippocrate hauer fatto cessare una gran peste, nella Città di Athene cò ordinare che la notte nelle strade, e circuito di quelle si facessero buon fuochi . E per tal causa i cittadini d'Athene feciono drizzare una statua d'oro in honore di esso, adorandolo come Dio.

MANARDO. Nell'habitazioni si facciano buoni fuochi, con legne odorate, le quali ardano non sotto il camino, ma in luoghi aperti; se ben fusse di state, con usarui grati profumi, e spargerui soauì liquori, herbe odorifere, e frutti.

DELLE SVFFVMIGAZIONI. O VERO
modi di purgar l'aria dentro all'ha-
bitazioni. CAP. Terzo.

GO R E G G I O . Stando l'aria cattiuā, pur-
gala nelle tue camere con aceto, & acqua
rosa; col far fuoco spesso, secōdo i tempi, e col
suffumigarle con lauro, cipresso, pece liquida,
incenso, bengioino, storace indiano, e simili.
Ouero piglia poluere dell'Irios, oncia mezza,
due scropoli di sandali; tre dramme di cinna-
momo, mezza dramma di garofali; di semen-
te di cedro, di storace calamita, scopoli due di
ciascuno. E tutte queste cose metti in una pi-
gnatta di rame con acqua rosa, e falle scaldare,
che renderanno gratissimo odore, e purifichè-
ranno l'aria, e risoluta l'acqua, aggiugnine
dell'altra. E non hauendo il modo da far que-
sto, seruiti d'uno de i sopradetti semplici abru-
ciandolo senza far fiamma nella tua camera.

GA R B O . La suffumigazione è buona, e
debbesi fare con incenso, mirra, legno d'aloè,
bucce ò uero scorze di melagrane, e meleco-
togne, e con herbe di soauī odori. percioche
tutte queste cose generano uapori buoni, e con-
sumano, e cacciano i cattiuī. E queste allora si
deono massimamente fare, quando nella ca-
mera si generano mali odori. *Di queste non dice
altro il F I C I N O se non queste parole, Suffumi-
ga la casa spesso con buoni odori, e similmente
le uesti, come si dira di sotto ad altro proposi-
to. Et il G E V R O T non dice anch'egli altro, co-
me*

*me si è detto pur' hora: se non che si deono mon-
dificare le stanze, spargendoui in tempo caldo
aceto, & acqua rosa; & in tempo freddo, fa-
cendoui buon fuoco, e fumo d'incenso, uerni-
ce, cipressò, alloro, e simili; e ne' tempi mez-
zani mescolandoui cose calde, e fredde: e sem-
pre con buon fuoco, per consumare i uapori
della notte, ma pero manco la state, che il uer-
no. La somma è, che sono ottime le suffumi-
gazioni, à purgar l'aria delle stanze, e habita-
zioni.*

A CHE HORA SI DEBBA VSCIR
di casa la mattina. CAP. Quarto.

GARBO. Debbesi la mattina star tanto in
casa, senza uscir fuora, con il fuoco pre-
detto, ancor che fusse solamente freddo, e non
humido, che il sole sia leuato; alquanto riscal-
data l'aria, e consumati i uapori leuati dalla not-
te. Il che anco si debbe fare di state, ma senza
fuoco. E parimente infino à detta hora si deb-
be tenere le finestre chiuse. E se possibile fus-
se, che per esse entrasseno i raggi del Sole, per
conueniente spazio, farebbe ben farlo. Pero-
che risoluerebbono i detti uapori della notte.
E ciò fatto, per tutto il resto del giorno, si pos-
sono tener chiuse, massime quando soffiasse il
uento Austro. Ma quando tirasse il Settentrion-
ale, si concede tenerle aperte.

MANARDO. Non si esca di casa senza gran
necessità, prima, che à due hore di Sole: au-
uertendo, che l'aria sia serena, ben chiara, e
senza

senza nuuole, ò nebbie: e fara sempre meglio uscire dopo hauer mangiato alcuna cosa, che digiuno.

DEL PANE, CARNI, E CONDIMENTI
acetosi. CAP. Quinto.

FICINO. Commendoti il pane della speldà, di miglio, di panico, e d'orzo; e le uiuande fatte di questi. Item biscotti, riso, pasfule agrette, pane di buon grano cotto bene, & alquanto salato. Le carni sieno leggieri, & asciutte, polli, uccelli, cauretti, castrati, pippioni, tortore, e seluaggiumi. Se usi carni humide, falle arrosto, ma forale ben dentro, empiedole per tutto di condimenti agri, & alquanto pepe, e cinamomo, e coriandoli, e sale. Vsa il piu che puoi, cibi asciutti, saporiti, agri, & acetosi, fuggendo la broda, il grasso, l'unto & il dolce uiscofo.

GARBO. Pane ben lieuito, e stagionato, carne di uitella di latte, di buona pastura, e di castrone: & à tempo freddo, capponi, pollastri, cauriuoli, lepri, starne, fagiani, & uccellini d'humida sostanza. Sono anco buoni i piedi di castrone, di vitella, e d'agnello, ben cotti, e messi nell'aceto. E se alcuna volta si mangiasse vn poco di carne insalata, si vuole mangiare nel principio del desinare, ò della cena, imperoche cosi fatte carni insalate dissecano l'humidità, che nella bocca dello stomaco è ritenuta: & incitano l'appetito; e massimamente intignendosi nell'aceto in cambio di saore.

Però

Pero che tutte le cose acetose, acerbette, & agreste sono ottime, perche consumano, & asciugano i mali humori. Ma conuiene, che nell'uso di queste cose s'habbia riguardo alla qualità del tempo, & alla complessione di coloro, che l'usano. Percioche quelli, che hanno lo stomaco freddo, come coloro, che sono di fredda complessione, e le donne, che hanno la matrice fredda; & i magri, e disseccati, deono usare minore quantità delle dette carni, che non faranno i grassi, carnosì, e di calda complessione: e coloro, i quali hanno lo stomaco, e fegato caldo, mescolando nell'aceto vn poco di poluere di cinamomo, ò altre spezierie di temperata caldezza; e massime di verno, son buone; *Cioè faranno bene.*

MANARDO. Conuerranno dunque pernici, tortore, fagiani, vccelletti, polli, castrato, capretti, lepri, vitelle di latte, e simili. L'agresto, e l'aceto è sommamente vtile, si come tutte l'altre cose, che hanno dell'acetoso. E però habbiasi cura, che tutti i cibi, e viuande siano condite con qualche sì fatta cosa.

L'arrosto, pure che sia ben cotto, è piu vtile, che il lessò.

CORRECCIO. I tuoi cibi siano ottimo pane, carne di vitello, capretto, castrone, e animali di due piedi, ma non acquatici. Non mangiare manzo, ne carne di porco, partiti da tauola con la fame, ma non già per questo parir fame. Dopo il cibo riposati, per qualche spazio di tempo, e sia la tua cena sempre piu parca.

GEVROT.

GIEVROT. Il pane sia di buon grano, raccolto in buon'aria, non corrotto per essere stato guardato assai tempo, ne riscaldato: ben lieuito, e fatto con vn poco di sale: e sia d'uno, ò di due giorni incirca. Ancorche il pan d'orzo sia buono per quelli, che hanno paura d'ingrassare: non dimeno il pane di frumento è migliore di tutto l'altro.

Dell'aceto è fatto molto conto in tempo di peste, però quelli, a i quali non è contrario, per altri accidenti l'usino, ma si puo moderare secondo la diuersità de' casi con il consiglio del medico. *Ma prima, che si passi piu auanti, sara bene dire alcuna cosa del mangiare, e bere in genere.*

DEL MANGIARE, E BERE IN GENERE,
CAP. Sesto.

FICINO. Non ti riempiere troppo di vino, carne, & vuoua; accioche non multiplichi troppo sangue, collera, putrefazione, & infiammazione. Mangia, e bei meno, che l'usato. Il cibo sia alquanto piu, che il bere: ma non patire pero gran sete, ne molta fame. Nò tenere lo stomaco fastidito, ma ripara col poco mangiare, e bere; con l'esercizio, e digiunare qualche volta, e votagioni appropriate.

Per primo cibo è vtile, se la caldezza non li offende, fico seccho, ruta, noce, e sale, massime ne' tempi freddi, & humidi. Dopo il cibo sono di gran virtu i curiandoli.

GARBO. Quanto à i cibi bisogna pigliargli in tempo, che la natura possa far buona digestione

gestione, accioche non rimangano nello stomaco alcune superfluità cattive, le quali se rimanescono non smaltite, e ben digeste, si potrebbero corrompere, per malizia dell'aria.

MANARDO. La dieta del tutto esquisita, e sottile; e la molta fatica, bene terrebbero euacuato, e netto il corpo, ma lo renderebbono troppo fiacco. E però bastera, che l'esercizio, & il cibo si usino moderatamente, e di sorte, che lo stomaco possa cuocerlo con facilità, & se ne facciano buoni humori.

Fuggasi lo spesso uso di viuande, e di brodi grassi.

COREGGIO sia la tua cena sempre più parca, che il desinare. Usa ogni mattina tre foglie di ruta, vn fico seccho, e mezza noce secca, che fara in luogo di Triaca, e molto giouera à preseruarti dalla peste.

GIEVROT. Le viuande siano di facile digestione, e più la state, che il verno; hauendo però riguardo alle complessioni, condizioni, & altre cose. L'hora di pigliare il cibo sia, quando l'appetito è venuto dopo la prima digestione. la molta replezione, ò del bere, ò del mangiare è proibita: la moderazione debbe dominare. Ma è bene uscir da tauola cō qualche poco d'appetito, il quale passa via subito. Anchora non è lodato da i medici usare in vn pasto diuersità di cibi: e se pur s'usano, si dee cominciare da i più facili à digerirsi: se già vno non hauesse vna fame eccessiua, ò lo stomaco molto caldo. La noce è detta la triaca
del

del peso, monda: con zucchero, & acqua rosa. Onde dice Isac, che vna noce, & vn fico secco, presa à digiuno preferuano l'huomo da ogni veleno.

Il buon vino, e le buone viuande, prese moderatamente generano buoni humori, sono causa di sanità, e preferuano dalla peste. *E da notare, che tutti conuengono in questo, che ottima cosa sieno la mattina, noce, fico secco, e ruta. Ma il GEVROT vorrebbe, che le donne grauide non pigliasseno la ruta, ma si ben l'altre cose, come si dira di sotto.*

DELL'VVOVA, E DE' PESCI.

C A P. Ottauo

FICINO. In somma l'humidità è madre di putrefazione: e la cosa, che fuori di noi si conserua poco in sua natura; difficilmēte ancora si cōserua dentro à noi. Fuggi addunque i pesci quanto puoi, intra i quali nucono meno i piccioli di fiume chiaro, petroso, e corrente; fritti in olio con salina; e di poi messi in agresto, ò aceto, ò melarance con sale, & vn poco di pepe, ò cinamomo.

Vsa l'Vuoua con agresto, aceto, e melarance.

G A R B O. I pesci vogliono essere di fiumi petrosi, correnti, e chiari: e quanto piu è il fiume petroso, tanto sono migliori. I pesci i quali comunemente si truouano, ò pigliansi nella città di Firenze, sono cattiu. Ma molto meglio di questi pesci sono l'vuoua fresche sperdute, e à tempo di state con l'agresto.

MANAR-

MANARDO. Si potrà alle volte concedere de' pesci, pur che siano piccoli, e di buona sorte. Si lodano l'vuoua, ma fresche, cotte tenere, e che tremino come il latte appreso.

CORRECCIO. Tutti i pesci senza scaglie sono cattiuu; gl'altri possono passare, se non sono nati in acqua morta; ma vogliono esser freschi, e mangiati, e conci con l'aceto, ò vero agresto, ò narance, si come ancora farebbe cosa ottima vsare gl'altri cibi, ò vero in simile sugo condire quelli.

GEVROT. Le viuande corrotte, ò troppo frolle, pesci stantij, ò nutriti nel fango, grasso di pesce, o di animali nutriti; stando rinchiusi; vin grasso, torbido, ò altrimenti corrotto; acque torbide, ò infette; & ogni altra cosa, che facilmente si corrompe ne lo stomaco sono pericolose.

Ne' giorni magri potrà pigliare brodo di ceci, pesce persico, lucci, & altre sorti di pesci buoni. *Nelle quali parole mostra non si ristigner tanto quanto alcuni altri, nella cosa de' pesci.*

DEL LATTE, FORMAGGIO, RICOTTE,
& insalata. CAP. IX.

FICINO. Ancora schifa il latte, e ricotte; e se l'usi, sia per il primo cibo, e poco, e con zucchero. Vsa spesso capperi con aceto, & qualche volta vn poco di marzolino temperato. Schifa il cacio molto grasso, e molto falso. Fuggi i funghi, & l'herbe humide, come porcellana, & zucche; & ogni humidita, e cosa, che

fa, che poco si conserui: & cosi frutti, e cose molto dolci, & humide. Infra l'herbe humide. ti concedo la lattuga, correggendola con menta, o cinamomo; o vero con basilico garofilato, cioe è minutissimo, e quasi rosseggiante, che ha odore di garofani, & è cordialissimo; e concedoti la cicerbita, e selbastrella, vietoti la ruchetta, e carote.

G A R B O. Ancora tutte le maniere di formaggio sono cattive a usare, salvo, che dopo il cibo si concede vn poco di dolce, o vero vn poco di marzolino; peroche suggella, e chiude la bocca dello stomaco: e cosi viene a impedire, che da esso stomaco non si lieuino vapori, e fumi, e vadano alla testa, e nuocano al ceruello. Ma il mangiarne troppo, & uso di quello impedisce il reggimento, e raguna humori grossi e cattivi nello stomaco, i quali cosi ragunati, sono cagione di mala digestione.

In luogo d'insalata vlinfi capperi netti bene dal sale, e con l'aceto. E anco buona ne' tempi caldi vn poco di lattuga, e di borrana; ma non se ne mangi troppa; & meglio sarebbe vn poco lessa, peroche nel bollire perde la malizia della sua crudezza.

M A N A R D O. Il latte non conuiene, se gia non hauesse dell'acetoso.

C O R E G G I O. Ne latte, ne latticini freschi sono buoni. Per insalata usa la ruccula, acetosa, borragine, bugolossa, capperi, lattuga, e cicorea cotta. *Non è da tacere, che doue il F I C I N O loda vn poco di cipolla, o di radice con l'aceto,*

l'aceto, perche sono dice contra i veleni, il CORREGGIO dice, Se non sei vso à mangiare aglio lascialo, e lascia dir chi vuole, perche non è buono, ne la cipolla. Quanto alle radici, dice il GARBO cosi, Ancora, che tutte siano cattive; alcuna volta nondimeno si concede vn poco di radice forte, dopo il cibo; imperoche l'vso di quella insieme con gl'altri cibi da eleuazione di vapori dal fondo dello stomaco, e di ventosità, ma molto meglio è soggiugne l'vso di quelle in tutto lasciare.

MANARDO. Tra l'herbe conuiene la lattuga, la cicorea, la porcellana, l'acetosa, la pimpinella, la calendula, la bettonica, il finocchio, l'aneto, la borraggine, la cicerbita, e tutte le sorti d'enuidia. Dell'aglio, dicano gl'altri, che vogliono, n'vserei in poca quantità, similmente le radici ordinarie, ò ramolacci.

GIEVROT. L'acetosa grossa, e minuta è molto lodata in tal tempo, la quale nella stagione fredda si puo mescolare con menta, ò maiorana, in minestra con saluia. La borraggine, e bucolossa son buone d'ogni tempo; e cosi è il zafferano in poca quantità. Benche l'aglio, le cipolle, le scalogne, e porri habbiano proprietà contra il veleno, nondimeno bisogna guardarsene al tempo caldo, & massime chi è di calda complessione, & è ben lassarle alle genti rustiche.

CHE SCODELLA SI DEBBA VSARE;
e delle ciuaie ò vero legumi. CAP. X.

FICINO. Il cauolo non ti lodo, ne le ciuaie; eccetto qualche lente. Vituperoti sopra tutto i fagioli; & non ti lodo molto le rape, ne gli spinaci. Cōcedoti il prezemolò, & i pastricciani. Vsa il piu, che puoi cibi asciutti; saporiti, agri, & acetosi, fuggendo la broda, & il grasso, & l'vnto, e dolce viscoso, & ammacato.

GARBO. Anchora tutte le cose commestibili, si come la minestra, e l'altre cose si vogliono temperatamente vsare, quantunque è possibile, e debbesi guardare dalle minestre; e piu gl'huomini ripieni, che gl'altri, e sopra tutto da sera. Ne' tempi caldi è buono vsare la bietola, e la borrana. Et anco la scodella del farro, è buona; & i brodetti sono ottimi cō vn poco d'aceto, ò d'agresto. Et vuolsi sopra tutto vsare inanco scodella, che ne gl'altri tempi. E di state è ottima scodella la zuccha con l'agresto, e quasi tutte l'altre minestre, che comunemente sono in vso, farebbono nociue à vsarle.

Ancora ciascheduna generazione, e ragione di legumi è cattiuu, & è cagione di offendere i nostri corpi, però che in quelli multiplica molta ventosità. *E da notare, che se bene il FICINO biasima le zucche, qui si lodano, & i piu la state, l'hanno per buone, e sane, perche rinfrescano.*

COREGGIO. Le verzi non son buone,
ma

CONSERVARSI SANO. 35

ma si bene il suo brodo è lodato . Si possono mangiar nauoni, e cappucci, cō vn poco d'aceto : ma ne ancor troppo spesso . L'altre sorti di minestre vsitate son buone . Il MANARDO dopo quello, che si è posto in vltimo del precedēte capitolo soggiugne . Con queste herbe si possono fare varie viuande , aggiugnendoui dell'olio buono, vne passule, & aceto ; si come anchora con orzo, e lenticchie, gettando via la prima acqua, e condirle con aceto . Il simile de' ceci, auuertendo però, che le ciuaie, e legumi si vsino poche volte .

CHE INTERIORA D'ANIMALI
siano concesute . CAP. XI.

GARBO . Ancora si vuol guardare di non mangiare tutte le cose, che sono dentro de gl'animali ; saluo, che il fegato, e granelli di polli, perche a tempo freddo sono buoni, e di grandissimo giouamento .

CORREGGIO Tutte le interiora de gl'animali quadrupedi sono cattiuē .

CHE FRUTTE SI DEBBANO
vsare . CAP. XII.

FICINO . Fuggi le frutte, eccetto le mandorle, amarine, pere, meliache, pesche cotognine, nocciuole, fusine asciutte, prugnone, corgnone, nespole, cotogne, melagranne, appiuole, e mele teste . Dell'altre frutte non vsare, ò vero di rado, e poco . Puoi vsare similmente le frutte, & herbe fredde ; secche,
C 2 . & ager,

& agre, ò vero alquanto amarette. Ma se vfi cose calde, & humide, come il fico, vua, more, e ciriegie dolci; sia poco, e mangia immediate melarancia con sale. Item se vfi cose fredde, & humide, come il popone, pesche molli, e tenere, e fusine grasse; mangia immediate finocchio, e melarancia con sale; beendo alquanto di vino puro, buono, & odorifero. Fuggi i funghi e frutte, e cose molto dolci, & humide.

Vieta la ruchetta, carote, sapa, senapa, citriuoli, melloni (non intendere per questi i poponi) baccelli, ceci freschi, cocomeri, ciriegie dolci e tenere, vuc, fichi, e more dolci.

G A R B O . Ogni generazione di frutti dalle mandorle, e melagrane in fuori, e cattiuu. Le melagrane d'ogni sapore son buone, peroche le dolci sono cordiali; & quelle, che non sono dolci spengono la sete, & consumano le cattiuu humidità. Ancora si concedono le pere ruggini cotte, dopo hauer preso tutto il cibo: e voglionsi mangiare con gl'anici. Si vuole anco alcuna volta pigliare delle mele cotogne ben cotte, dopo il cibo: peroche aiutano digestire, e tengono il corpo largo. Anco vna mezza pera grande, ò vero vna piccola cruda, dopo il cibo, non può nuocere. Percioche aggraua, e preme il cibo, & fallo andare in fondo dello stomaco. E questo à coloro, i quali sono vfi, & auuezzi per loro natura à frutti. peroche aiutano padire gl'altre cibi. Ma fuori del desinare, e della cena: l'uso de'frutti al tutto si lasci.

M A-

MANARDO. De' frutti conuengono le nocciuole, fichi, pistacchi, mandorie, massime amare, vne secche, e passule de' nostri paesi, ò di leuante, zibibbo, mele, e pere, che habbiano dell'acetoso, melagrane, cedri d'ogni forte, aranci forti, limoni, prugne, ò fuline secche, non molto dolci, e ciriegie. I quali frutti si possono vsare ancora composti in diuersi modi.

Il GEVROT dopo hauer detto, come di sopra, la borragine, e bugolossa son buone in ogni stagione, e così el zafferano in poca quantità: *Soggiugne*. E parimente gl'aranci, limoni, melegranate, cedri, prune damaschine, mele rose, appie, e simili. La noce è detta la triaca del pesce &c.

DELLE SPEZIERIE. CAP. XIII.

FICINO. In su le viuande è vtile, al mio parere, questa spezieria. Recipe Sandali rossi oncia mezza; cinamomo fine, dramme tre, e mezzo; zafferano, dramma mezza. Gentile da Fuligno vsa questa spezieria in ogni tempo. Recipe cinamomo, oncia mezza; manna dramma vna; coralli rossi, dramma vna; cardamomo dramme due, zafferano dramma mezza; zucchero al peso del tutto.

Item alcuni danno questa ricetta; perle dramma due; coralli bianchi, e rossi, dramma mezza; rose, e spodio, scropolo vno; cinamomo dramma vna, zafferano, scropolo vno.

Item cinamomo, oncia mezza, garofani
C 3 dramma

dramma mezza; coralli rossi, scropoli due; zafferano dramma mezza; zucchero al peso del tutto. Nota, che le spezierie molto calde, come è la quarta delle dette, sono da vsar solo in viuande molto humide, fredde, & agre, l'altre per tutto.

G A R B O . Ancora tutte le spezierie calde, le quali accendono gli spiriti, e fanno bollire gl'humori, massimamente la state ne' corpi caldi, e generalmente ogni cibo caldo fa quel medesimo, cioè nel tempo caldo sono molto nocive a i corpi caldi, e però si vogliono eleggere temperate, e declinanti alla frigidità. In tutte quelle spezierie, che si vsano, si vuole mettere vn poco di zafferano. Imperoche letifica il cuore, e gli da assai conforto: e similmente conforta gli spiriti. Ma mettendone troppo nelle dette spezierie risolue troppo gli spiriti.

M A N A R D O . Il pepe pesto, ò trito si vsi in pochissima quantità; e così il gengeuo. Sarebbe conueniente ne' cibi questa mistura. Recipe cinamomo, parti quattro, cardamomo, ana parte due, rose mace, ana parte tre; zafferano parte vna. Mescola, e fa poluere, per mettere nelle viuande. Vi si potrebbe anco aggiugnere pepe, e gengeuo ana parte mezza. Non biasimo gia il fare bollire ne' brodi qualche granello intero di pepe, massime se insieme vi fara alcuna cosa acetosa.

DELLA S A L S A, E SAUORE. CAP. XIII.

M A N A R D O . La salsa, e saure si potranno vsare

no vsare, essendo fatti con alcuna delle nominate herbe, e col petrosello, saluia, serpillio, e fantoreggia ben peste, estemperate con aceto, ò vero agresto. Similmente si può fare vn sa- uore vtile, e non ingrato al gusto, di mandor- le, agresto, ò vero aceto, acqua rosa, e zucche- rò. E buono ancora il vino di melagrane.

Il GARBO, Come si è detto di sopra, parlando delle carni insalate, dice, che l'vso di quelle è piu sa- no se in cambio di saure s'intingono nell'aceto; pero che tutte le cose acetose, acerbette, & agre sono ottime à vsarle. E quello, che dice della car- ne insalata, si puo intendere de' salami, & altre si fatte cose.

CHE VINI SI DEBBONO VSARE.
CAP. XV.

FICINO. Vsa vini sottili, chiari, odoriferi, poco fumosi, & non dolci, alquanto bru- schi; & annacquati con acqua molto sottile, e chiara. In somma schifa per ogni tempo le co- se, che fanno sangue, ò troppo, ò acquidoso, ò focoso, ò grosso, ò torbido; e qualunque co- sa ti offende lo stomaco. I vini torbidi sono dannosi, massime i mosti.

Consiglierei, che i contadini beessino ace- to inacquato in luogo di vino.

GARBO. Il vino, che si debbe vsare, vuo- le esser brusco, ma d'vue mature: e che non sia brusco, per essere nato al baciò (cioè doue non batte il Sole) & essendo piccolo è migliore, e piu sano: pur che sia saporito, & asciutto, &

habbia perfetto odore. Il vino grosso è molto cattiuo: ma il migliore di tutti, & il piu sano sarebbe quello, che ha il colore simile alle ciriegie. (questi chiamiamo ciregiuoli) ò vero simile al colore del vino di melagrane. L'vso del vin dolce, e grosso è cagione generatiua di molti grossi humori: & anco il vin grande, e potente è cagione di molti mali, si come sono lantraci, cioè il male dell'anguinaia, del morbo, e d'altri mali, i quali lascio. E massime offende ne' tempi di state, e ne' corpi caldi. Ne' tempi freddi di verno è buono, l'vso della maluagia, ma nō è da vfarla troppo. Ancora vstando in detti tempi vn poco di vernaccia, ò d'altro vin bianco, è buono, è vuolsi sempre hauere vna fetta di pane arrostito, & in zuppato in detto vino. E questo è buono à vfare la mattina inanzi, che l'huomo esca fuori, per riparare alla malizia dell'aria corrotta. Ancora ogni mattina, se gia non hauesi presa la triaca, è buona à vfare la detta fetta di pane nel vino, & aspettar bene il desinare, per insino alla digestion compiuta. E nel vino, il quale tu vfi col cibo, ò uero à pasto, metti un poco d'acqua: ma quando l'vfi fuor di pasto, non si vuole inacquare. La uernaccia, e la maluagia non si vuole usare ogni mattina, ma uuolsi trammezzare d'altri uini bianchi di quattro di in quattro di, & migliore è l'uso di questi uini, maluagia, e uernaccia, in tempo di grande humidità, freddo, & acquoso.

MANARDO. Quanto al bere, si elegga
uin

uin bianco, chiaro, piccolo, e di buon'odore, e che piu tosto habbia dell'astringente, che del dolce; e si uadia temperando con l'acqua piu, e meno, secondo fara piu, ò meno generoso, e secondo la stagione. Lodo pur'allai il uino fatto con assenzio, e maggiormente quello, che è fatto con la bettonica. Biasimo la ceruogia, che sia fatta di grani, e di luppoli. Mi piacerea molto piu, che in cambio di sì fatte beuande, si usasse del uino, fatto di perc, ò di mele acerbe, & acetose, ò uero hidromelc, (cioè beuanda fatta con acqua, mele, e sugo di cotogne) preparata con pane arrostito, e condita con un poco di cannella, e che habbia un non so che di acetoso. Saria utilissimo, che i uasi, doue si ha da conseruare il uino, fussero di ginepro, di lentisco, ò di frassino. Et il bicchiere, quando si potesse hauer, d'oro, mescolato naturalmente della quinta, ò sesta parte d'argento, faria gioueuole.

COREGGIO. Il uino piu tosto sia brusco, e mediocre, & piu è lodato il bianco, che sia odorifero. Il GIEVROT non dice altro de uini, se non che s'habbia cura, che non siano grassi, torbidi, ò altrimenti corrotti. *Del greco, e trebbiano, fra tutti costoro non è chi dica alcuna cosa, e pur credo siano altrettanto buoni, e forse molto piu che la vernaccia, ma in que tempi non doueuano vsarsi, ne forse essere, per quello, che sono conosciuti.*

42 M O D O D I
DEL LAVARSI, TENER PVLITE
le vestimenta, e le stanze; & usare
odori. CAP. XVI.

FI C I N O. Fa qualche fregagione à digiuno; pettinati bene; espurga ogni superfluità; e tieni tutta la persona ben lauata.

Suffumiga la casa spesso con buoni odori, e similmente le uesti. Tieni al naso, & in bocca, doue piu importa della triaca; e alle uolte scorza di cedro, ò zedouaria, ò incenso. Vsa tali pomi in mano. Recipe laudano, been, bianco, e rosso, e rose rosse, dramme due; storrace liquida, scropolo uno, mirra, menta, e garofani, dramma una; sandali bianchi, e rossi; e canfora dramma mezza, e fa pomi con acqua rosa muscata.

Porta corno d'unicorno, iacinto, topazio, e smeraldo al collo, che tocchi il petto, & in bocca. Dice A V I C E N N A, che bisogna, che il iacinto, e simili siano riscaldati dal caldo nostro naturale, il quale desti la loro uirtu ad operare in noi. Porta in mano per odorare, pomi odoriferi, massime cedri, limoni, melarance. &c. Spesso ti laua la bocca, il uiso, e le mani cō aceto; & qualche uolta con uino potente. Nō dimenticare l'odore della menta, melissa, querciuola, ruta, uiuuoie rosse, e mirto. Vsa gl'odori freschi, temperando con essi i caldi, in modo, che il fresco uinca, massime ne' tempi caldi, imperoche l'odore caldo, per se apre, & infiamma, benche purghi l'aria. Sopra tutto
mescola

mescola per egual parte aceto rosato bianco, & acqua rosa con un poco di uin bianco, & con un poco di zedouaria, ò scorza di cedro. E di questo beui spesso qualche gocciolina, e spesso te ne laua le mani, & il uiso: & porta la spugna in mano in legno di frassino: e similmente con questo, facendolo tiepido, ti puoi lauare mattina, e sera tutta la persona. *Il lauarsi tutta la persona, dal M A N A R D O è approuato.*

Porta in sul cuore questo sacchetto: Recipe rose rosse, dramme due, sandali, e coralli rossi; spodio, dramma una; zedouaria, legno aloe, cinamomo, garofani, scorza di cedro, e zafferano, dramma mezza.

G A R B O. Ancora si debbe, ogni di inaffiare la casa con aceto fortissimo, & acqua rosata. E quando è il tempo delle rose, spargine spesso uolte per casa: & così anco delle foglie di falci, e di uiti. Ma bisogna, ogni di rinouare le sopradette cose, & non le lasciar putrefare, imperoche farebbe pessima putrefazione, e però si vogliono spesso rinfrescare. Si debbe ancora spesso l'huomo lauare con l'aceto, & acqua rosa, ò vero con aceto solo, poi che non si puo sempre hauere dell'acqua rosa. E questo si vuol fare alle braccia, alle mani, & a i polsi.

Vietonsi i dilette de' bagni, e di stufe d'ogni ragione.

M A N A R D O. Se l'huomo si lauera la faccia con vino, & acqua rosa, ne riceuerà non poco vigore, purchè la state sia in più copia l'acqua rosa. E per contrario, il uerno, sarà anco
buono

buono tirare su per il naso della decozzione di frondi d'alloro, & vgnersi l'orecchie dentro col dito intinto in olio di spigo. Et in bocca si tengano, e si mastichino, e s'inghiottiscano de' semi di cedro.

Nō posso laudar coloro, che per armarli cōtra la peste vñano lauari tutto il corpo con aceto: anzi piu tosto comando, che si facciano delle fregagioni &c. Ne manco laudo il bagno d'acqua calda, essendo, che fa la carne troppo lasa, fiacca, e facile à riccuere l'offese dell'aria, e dell'altre cause estrinseche, ma piu tosto &c.

Le vestimenta deono essere nette, e delicate, e piene di buon'odore, con mutarsele spesso: e però fara vtilissimo profumarle nel modo, che di sotto diremo. Sara anco ben fatto portare dalla banda del cuore, e del fegato, e dello stomaco certa sorte di sacchetti; & in mano pomi odoriferi, maneggiandoli quando con vna, e quando con l'altra mano, e talora accostandosegli al naso. E perche si possa eseguire quanto si è detto, noterò hora due sorti di poluere, vna per la state, & l'altra pel verno.

Recipe storace ireos (cioè ghiaggiuolo) mastice ana parte due, garofani, mace, noci moscade cannella, zafferano, e legno aloè ana parte vna; Ambra il quinto d'vna parte, muschio il decimo d'vna parte: e fa poluere di tutte le dette cose, e scruiरा il uerno. Per la state poi fara buona quella, che segue. Recipe ambra gialla eletta parti due; foglie di mortella, scorze di cedro, fiori di nemifari, rose, viuuoie, zafferano,

zafferano, mace sandali cirini, ana parte una; camfora, ambra, belgioino, ana il quinto d'una parte. Et oltre i detti facchetti, di queste poluere si potranno cōporre i pomi da portare in mano, il uerno con storace; la state con acqua rosa, e gomma draganti, con aggiugnere tanto all'una, quanto all'altra del ladano, secondo il bisogno.

E le medesime polueri, cosi come sono, si potranno spargere sopra le uestimenta; facendone ancora alcuni quadretti, ò formelle, per ardere, e profumarne i panni, e la casa.

Io son anco solito ordinare una palla di cipresso, ò d'altro di que' legni, di che gia dissi douersi fare le uasa da tenere il uino: la quale dentro sia cauata, & accòcia di maniera, che si possa aprire, e ferrare, facendola pertugiata in ogni parte; nella quale fo accommodare un poco di spugna nuoua in zuppata in questa mistura. Recipe acqua rosa, e maluagia ana parte una, aceto, parte mezza; mescola, e sopra la detta spugna, cosi intinta, spargi alcuna delle due notate poluere. La quale palla, oltre al portarsi in mano, odorandola spesso, si puo anco, aprire, accadendo qualche gran timore, e premendosi alquanto di quel liquore nelle mani, e bagnarsi bene il naso, & i polsi. I facchetti da tenerli, come uno scudo alla difesa del cuore, parimenti sieno pieni delle medesime polueri.

CORREGGIO. La mattina, inanzi, che eschi di casa, lauati le mani, & il uiso con acqua, done sia bollito cedro, ò uero o smarino: e fre-
ga poi

ga poi le mani con acqua rosata, & con un poco d'aceto . Ne tempi pericolosi tieni in mano una spugna, doue siano due terzi d'aceto, & uno d'acqua rosata : perche odorandola, mirabilmente ti conseruera da putredine .

Potrai anco sempre tenere in mano una palla dell'infusa scritta composizione, che mirabilmente ti preseruerà da contagione , e da qualunque altra indisposizione . Piglia cinamomo, noce moscada, bengioino , laudano, storace, calamita, e garofani, che porteranno gl'altri odori, di ciascuno mezz'oncia . E quelli fatti ben pestare , e passare per istaccio incorpora con gomma di tragacanta , preparata in acqua di uite finissima . La quale palla fatta , & con olio di mandorle dolci pulita , lascia così per tre giorni senza maneggiarla . Dopo fattogli molti buchi intorno, piglierai quattro grani di muschio, e quelli pestati, e stemperati con acqua rosa, & un poco di gomma, ne riempierai i detti buchi, & altre occorrenti fessure ; & hauerai una palla perfettissima .

C O M E S I D E B B A C O N F O R T A R E
il cuore, tenere lieta la mente, e guar-
darsi dal coito. C A P. X V I I.

F I C I N O . Lieua il coito, e le passioni dell'animo ; il coito, dico , in quanto non ti senta, per l'absenza di questo molto graue . Pure habbi à memoria il detto d'Auicenna nel terzo libro de gl'animali, che la superflua euacuazione del seme nel coito, nuoce piu, che se uscisse

uscisse quaranta uolte tanto sangue . Dice ancora Hippocrate, il coito essere una certa specie di morbo caduco .

GARBO . Quanto alla letizia della mente, e del pigliarsi piaceri, e dilette, e stare allegro dell'animo, dobbiam sapere che niuna cosa è migliore di questa. Ma i dilette, e piaceri si vogliono pigliare con ordine. In prima non debbe l'huomo pensare alla morte, ò vero hauer passione di persona . Di nessuna cosa si contristi, ma habbiasi il pensiero sopra cose diletteuoli, e piaceuoli, e giocosce . Et al tutto si dee fuggire la malinconia, & non si dee usare con moltitudine di genti . E debbesi usare in belle magioni, & in belli giardini ne' tempi di cio, ne i quali siano herbe di buoni odori, e uiti, e falci; e massimamente, quando le uiti fioriscono, ma non si uuole ne' detti orti star troppo à notte, ne troppo di notte stare all'aria, imperochè l'aria della notte è molto piu sospettosa, che quella del di . E debbesi schifare l'usanza delle persone feminacciole, cioè, che molto uadiano dietro a femmine; e con persone eluppolose, cioè scostumate, e con persone ebbre, e golose . Non si dee già patir sete, ma bere temperatamente, come di sopra è detto . Et udendo canti di melodia è buono; & usare con persone piaceuoli ancora è buono . Tutte le letizie nel tempo predetto sono buone . Vietonsi i dilette de' bagni, e di stufe d'ogni ragione. Ancora molto conforta il cuore à guardare l'oro, e l'ariento, e cose precise

precioſe chi può .

M A N A R D O . Fuggaſi l'ira, & il gridare, la malinconia, & il coito, come nimici .

C O R E G G I O . Cuardati da tutti i faſtidij, e melanconie : ſta allegro in ſuoni, & in canti, ſenza penſar molto, indirizzādo ogni tuo gaudio alla contemplazione dell'inſinita bontà del ſignore , il quale mai abbandona quelli , che rettamente ſi fidano nella ſua miſericordia .

Secondo il tuo ſolito, vſa mediocrementemente il coito ; cioè ſolo tanto, quanto baſta à rendere il debito naturale alla tua conſorte ſecondo l'intenzione di Santa Madre Chieſa .

Tra tutte l'altre coſe, benigno lettore, ti uoglio auuertire, che debbi confortare il cuore, che è il fondamento della vita, & il quale da queſto male contagioſo ſempre è oppreſſo. Et perciò ti ho detto, che biſogna fuggire i faſtidij, & l'ire . E per confortarlo, & fortificare puoi anco vſare alcune coſe dell'inſcritte, cioè la teriaca d'andromaco, ò vero la confezzione del mitridato , ſcaldati, e poſti ſopra il cuore perche diuinamente lo confortano, e lo difendono da contagione, ò veramente piglia delle ſpecie cordiali temperate, oncia mezza ; cinque grani di muſchio, & altri tanti d'ambra, e mettili in vn ſacchetto di ſeta chremiſina, & vngendo prima il cuore con teriaca, ò mitridato, mettilgli ſopra queſto ſacchetto, che mirabilmente ti giouera, e manterrà fano, & allegro.

E perche dicono alcuni, vn pezzo di quattro ò cinque oncie d'arſenico chriſtallino, bello, ben netto, e groſſo

grosso vn dito, messo in vn sacchetto di zendado, ò ermifino chremisi; & posto in sul cuore sopra la camicia, ò vero in su la carne, perche non può nuocere: hauere propriet  occulta   resistere alla peste; e quelli, che nelle grandissime pesti l'hanno portato essersi tutti preseruati dal male, Soggiugne il CORREGGIO   questo proposito, dopo le cose dette.

Auertendoti, che per niun modo ti lasci dare ad intendere, che buono sia il mettersi sopra il cuore l'Arsenico,   solo,   uero accompagnato, per le ragioni, che qui farei troppo lungo   raccontare: e se lo farai, te ne potresti pentire.

RAINALDO. Ma non riguardandoti da i disordini della bocca, massime, e del coito, ogni aiuto faria vano.

GIEVROT. Il conuersare con le donne   cosa pericolosa, massimamente inanzi, che sia fatto la prima digestione; e che la natura non prouoca; percioche cotal commercio debilita piu l'huomo, che non farebbe vn salasso,   vero trarsi sangue vna volta, e potrebbe esser causa di far cadere nella contagione.

Conuiene in tal tempo dar bando   tutte l'occasioni di malinconia, a gl'odij, rancori, sottili immaginazioni, & ad ogni timore di peste. Peroche potrebbero essere cagione di far cadere in quella malattia. E per    ben passare il tempo allegramente in cose buone, vtili, & honeste; per  ciascuno secondo il suo potere.

DEL DORMIRE, E VEGLIARE.

CAP. XVIII.

GARBO. Quanto al sonno, e vigilazione dico, che il dormire di giorno è cattiuo, e massimamēte à quelli, i quali sono ripieni d'humori, & hanno humida la testa. Ma perche molti sono auuezzì à dormire, & se non dormissono farebbe lor noia, dico, che questi tali dormano, ma manco, che non è per altri tempi loro consuetudine. E dopo desinare non dormano, se non sono, per lo meno stati due hore, bē che meglio farebbe astenersi dal sonno. Imperoche il dormire di di, è cagione di riempiere i nostri corpi di graui, e nociue humidità: e cagione ancora della diminuzione, ò vero soffocazione del caldo naturale del nostro corpo. Ma coloro, che hanno lo stomaco freddo, possono piu sicuramente dormire di giorno, pero che per questo padiscono meglio il cibo.

FICINO. Astienti da i bagni, dal sonno di mezzo giorno, dalla stretta conuersazione, e dalla turba.

MANARDO. Il giorno non si dorma.

COREGGIO. Il tuo dormire non sia mai di giorno, e poco di mattina. Ne però sarai troppo vigilante. Nō andar mai à dormire prima, che sia passata vn'hora dopo cena, e lieuatì dopo il leuar del Sole.

Delle fregagioni da farsi alcuna volta, quando altri si lieua da dormire, così dopo il sonno del giorno, come dopo quello della mattina, si dira di qui à poco.
dono

doue si parlera particolarmente delle fregagioni.

GIEVROT. Il troppo dormire genera superfluità d'humori in alcune complessioni, & è causa di disseccare, e sinagrire. Il troppo vegliare moltiplica la collera, disicca la persona, & le da mal colore. Così fa il dormire del cane. Le donne possono ben dormire, mezza hora piu de gl'huomini, per mantenersi il colore. La persona sana può conoscere d'hauere dormito à bastanza, quando nel leuarsi si sente la testa, e la memoria leggiera. Quelli, che sono soliti dormire infra i due pasti, facciano il loro riposo briue. Chi non si truoua ben leggiero, e ben disposto si deue astenere di dormire (*cioè credo io, di giorno*) percioche genera catarri, poltème, febri, lasschezza di nerui, rende la persona graue, indurisce la ratta, e fa perdere il colore. Il dormire rouescio è pericoloso.

DELL' ESERCIZIO DEL CORPO.
CAP. XIX.

FICINO. Ti dei astenere dall'esercizio sopra il cibo, & in tempo caldo; e dal sudore, perche altera gl'humori. E nell'aria infetta nõ si cõuien pigliare molta aria, ne fare esercizio allo scoperto. Peroche riscaldando, & aprendosi i pori, si piglia subito molta aria infetta.

GARBO. Quanto all'esercizio del corpo, dico, che vuole essere temperato, & innanzi al desinare, & alla cena. Et non debbe essere tale, che commoua gl'huomini, ò i giouani al suda

D a re, c

re, e massime nella stagione calda. Al tempo freddo, & humido vuole essere l'esercizio forte, tanto, che l'huomo cominci à sudare, ma quando ha preso il cibo si riposi.

GIEVROT. E gliè espediente fare il suo esercizio moderato, però, secondo la diuersità delle complessioni, da mattina, ò da sera innanzi pasto, ma per luoghi non sospetti di cattiuaria. Dice Auicenna, *(e certo è degno di essere notato)* che colui solo si debbe astenere dall'esercizio, il quale nō tien cura della sanità. Et Galeno dice, che l'esercizio viuifica le virtu naturali, animali, e vitali. E Rasis, parlando d'vna grā peste, dice che pochi rimasero viui, eccetto i cacciatori per il loro esercizio. In sōma il non fare esercizio cagiona spesse volte morte subitanea.

DELLE FREGAGIONI DELLE PARTI
estreme. CAP. XX.

GARBO. Le fregagioni delle parti estreme, cioè delle braccia, & gambe sono utili, imperochè sono cagione, che le cattine fumosità escano per li pori della carne, e risoluinsi. Le quali se dentro si ritengono, potrebbero essere cagione di mala febre, si come dicono, e chiaramente mostrano i nostri autori. Ancora è buono da mattina fare le dette fregagioni, quando l'huomo si lieua del letto. Et ancora se fra di gli uenisse dormito, sarà ben fatto usare di fregarli i polsi legghiermēte cō la malua gia, ò uero uernaccia, ò cō vn poco d'acqua rosa. E se fusse la detta vernaccia ò acqua rosa tiepida,

pidà, sarebbe migliore, e più utile. E quando il tempo fusse caldo, cioè di state, si vuole con le dette cose mescolare un poco d'aceto. Et ancora usar questo, quando l'huomo ua à dormire è utilissimo, si come anco fra di.

FICINO. Fa qualche fregagione a digiuno.

MANARDO. Non posso, (*si è anco detto ad altro proposito, poco fa*) laudar coloro, che per armarsi cōtra la peste usano lauarsi tutto il corpo con aceto. Anzi più tosto comādo si faccia no delle fregagioni in più luoghi, ugnendo in quel medesimo tēpo il corpo cō olio di spigo, mescolato con uin bianco odorato, e con olio di costo semplice, ne māco laudo il bagno d'acqua calda &c. ma più tosto, come ho detto, si vsino le fregagioni moderate, & in questo modo si terranno aperti i pori.

DELL' EVAGVAZIONE, E LASCIAR fare suo corso ad alcuni mali. CAP. XXI.

FICINO. Sia diligente à purgare ogni superfluità, & opera, che il uentre non stia stitico: e sij tardo à riserrare le consuete purgazioni, flussi, superfluità, morici; rogne, sudori naturali, e piaghe antiche aperte, che senza molestie gettino humori; lattimi, sangui di naso ordinarij; e gotte uniuersali, perche detti sfogamenti fanno più sicuro dal morbo.

COREGGIO. Se ne i tempi di peste sei ripieno, purga il corpo tuo con la manna, cassia, diasene, o simili, secōdo la tua complessione, & ordinazione del medico. E di essere

ripieno facilmete conoscerai dall'hauere spesse uolte ingombrato lo stomaco; dallo straccarsi senza manifesta causa; dal non digerire il piu delle uolte; dal sentirsi dolere il capo; dall'eruttazione dello stomaco, e simili affezioni. E poi, cioè fatta l'euacuazione; seruiti d'uno, ò piu de i documenti, che qui di sotto sono notati. *Vedi questi documenti nel cap. 20.*

Auertendoti, che se hai piaga alcuna nelle gambe, ò braccia, non debbi curar di guarire, ne' tempi di peste: perche essendo purgato, col buon reggimento, piu facilmente potrai fare resistenza alla contagione, poscia, che la natura, solita di mandare per la piaga i mali humori, ti aiuterà col non lasciare accumulare nuoua contagione. Percio non hauendo rottura alcuna, non sarebbe forse mala cosa fartela con l'arte, come con l'herba, detta piè colombino, ò uer nebio, ò uero con le canterelle, e simili, per meglio dalla peste conseruarti.

GI E V R O T. In tutti i modi è necessario procurare di hauere, almeno una uolta il giorno il beneficio del corpo, ò naturalmente, ò artificialmete per consiglio. E cosa cattiuà ritenere l'orina, ò altra delle superfluità del corpo.

Le fistole non si debbono in tal tempo restringere.

Quegli, che hanno l'Emeroide, ò uero Morici, ordinariamente colanti, non le debbono far restar; se nō ci è eccesso: & s'elle sono chiuse, le deono aprire, similmete quelli che hanno rogna, la debbono fare uscire per forza, con grattarla.

R A I.

RAINALDO. Ricordomi di un'altro singularissimo esperimento, stato vfato da me in que' tempi, con tanto buon successo, che non debbo hora preterirlo: e questo è il farsi de' cauterij, ò verò rottorij alle gambe subito, che comincia ogni minimo sospetto di peste, e che si sappia esser morto vn solo di questo male nella città, ò suo distretto, cō mantenergli aperti sempre. E questo è vn prezioso rimedio, perche quella continua flussione, & euacuatione di materie, per rottorij, oltre il tenere il corpo ben netto dalle superfluità che in que' trauagliosi tēpi facilmente si putrefanno, onde nasce il morbo: è cagione ancora, che quando bene sopra giugnesse il male, la natura manda per quelle cloache, ò fogne, il veleno, come à luoghi ignobili, e lontani assai dal cuore, e da gl'altri membri nobili: si che fate gran fondamento in questo aiuto, che ne cauerete grandissima vtilità: e tanto piu, se nell'istesso tempo non mancherete ancora di vfare qualche altro rimedio per maggior cautela.

DELLA TRIACA, E DEL MITRIDATO
& altri preseruatiui dalla peste.

CAP. XXII.

FICINO (*nel capitolo, come si conserua dalla peste per modo medicinale*) La settimana due volte è necessaria quella regina di tutte le composizioni, mandata da Dio, cioè la triaca. La vera triaca fa lungo sapore in bocca, e sete, e stitico del ventrè. Debbe passare anni quattro, ma

D 4

non

anni dodici. Debbesi prouarla in animali auenati. La triaca eletta, secondo Galeno, Auienna, & Auerrois, fa sicuro da ogni veleno, e morbo velenoso, e concedonla &c. etiam nelle febbri pestilenziali. Dice Galeno hauer prouato, la triaca sopra tutte le cose essere diuina nel conseruare, & nel curare. Moise d'Egitto dice essersi fatte di questa prouue mirabili nelle pestilenzie d'Antiochia. Non voglio passare con silenzio la figura, che fa Galeno, che la peste è un dragone con corpo d'aria, il quale soffia ueleno contra l'huomo: e la triaca è un purgatorio, che purga il detto ueleno, e doma il dragone. Pigliasi dopo il cibo, hore noue, & innanzi, hore sette, ò sei. Chi non puo pigliarla, se la pōga al cuore, & stomaco, & al naso, & à polsi spesso. Dasselne una dramma à i grandi, & a gl'altri mezza drāma, ò terza. Le persone calde, ne' tempi caldi, ui beono sopra un terzo di bicchiere d'acqua rosa, con un poco d'aceto rosato. Gl'altri, & in altri tempi del uino bianco, con acqua di scabbiosa, e melissa. E se non hai triaca, ò se ella non si confa alla natura tua, piglia il mitridato. L'altre mattine piglia le pillole contra morbo, almeno hore quattro, ò cinque innanzi il cibo; cioè vna, ò due, ò piu, secondo la cōplessione, beendoui sopra un poco di uino bianco, con acqua di scabbiosa, e melissa ne' tempi freddi; ò uero d'acqua rosa con aceto rosato ne' tempi caldi. Le pillole antiche sono queste, recipe mirra, zafferano, oncia una, aloè, once due. Ma perche aprono, e riscaldano, e risol-

uono

uono gli spiriti molto, alcuni lauano l'aloè, & aggiungono terra sigillata, ò bolo armeno al peso della mirra, ò camfora per la terza parte della mirra; Il bolo è meglio. Altri le compongono così, recipe aloè, dramme scii, mirra dráme tre, zafferano, dráma vna, reubarbaro dramme due, agarico dramma vna, garofani scopulo vno, scorzo di cedro, dramma vna, seme di cedro scropuli due, tormentilla, dramma mezza, sandali rossi, dramma vna e mezzo, coralli rossi dramma vna e mezzo, bolo armeno, dramme tre, camfora, grani due, e fa con sciroppo di cedro. Auicēna, & Auerrois dicono, che chi vserà aloè con mirra, e zafferano, non perirà mai di peste.

Il medesimo dopo hauere insegnato altre sorti di pillole, non però molto differenti dalle sopradette, Soggiugne, Sopra tutto vìa queste due cose, cioè la triaca, due di diuersi, e le pillole, tre almeno; peroche disseccano la humidita e conseruano dalla putrefazione. Item fortificano il cuore; stringono le vie, che non passi il veleno al cuore, & rimuouonlo da lui. E poco appresso, Puoi la settimana; vna volta, ò due il piu, quando le pillole ti offendessono, benche nõ siano da offendere, pigliare di verno, & in tempi humidi, in luogo della pillola, vn fico secco, cõ vna mezza noce, e tre grumuli di ruta, con vn poco di sale, beendoui sopra vn poco d'acqua rosa, ò aceto rosato. E se questo ti offendesse, vfa in luogo di quello, quando non pigli altro, vn poco di pane bene arrostito intinto in vin bianco, e potente

potente con melarancia bagnata in aceto rosato, & intinta in cinamomo.

Similmente dopo hauer parlato dell'aggiugnere alla composizione delle pillole, ambra, musco, iacinto smeraldo, topazio, perle, corno d'unicorno, & altre si fatte cose, le quali non si possono fare se non da pochissimi, dice così.

Item è bene usare da clarificare il sangue, cioè luppoli, mirabolani, e fumo sterno. Credo, che l'usare coccole di ginepro, con coccole di mirto sia molto utile contra questo veleno. Item questo lattouaro, Recipe un cedro intero, macina tutto bene, e cuoci cō zucchero, & acqua rosa. Doue non è cedro fa con limone, ò melarancia intera. Molti usano la berbena, cioè la brenuinaca, ò schiarea saluatica.

Dò à i poveri orliccio di pane, bene arrostito intinto in buono aceto con vn poco di ruta; e qualche volta vn poco di cipolla cō esso, beendoui sopra alle uolte, un poco di buon uino puro. Item detto pane arrostito, intinto in aceto rosato, cō un poco di cinamomo, & alle uolte soppresso con melarancia, e bere buon uino. Puoi dare di queste cose hor l'una, & hor l'altra in quelli due di, che non si piglia triaca, e pillole uere, ò uero dopo uespro ne' di medesimi.

G I E V R O T. Le persone di buona cōplezione, uiuendo sobriamente, e con buon gouerno, non hanno bisogno di purgazione, per che un corpo ben sano, e netto di tristi humori à

ri à gran pena è sopraggiunto da peste: ma gente repleta, e crapulosa, senza fare grande esercizio: ò eccessiua in buone uiuande, ò uero, che si nutriscono di cattiue, hāno di bisogno di purgazioni. E così quelli, che abbondano di sangue, ò che l'hanno corrotto, si debbono fare suentare la uena. Ma il tutto per cōsiglio, & ordine di qualche esperto medico, senza impacciarsi con questi uantatori, maledicēti d'altrui; i quali ad ogni proposito ordinano medicine corrosiue, le quali sotto couerta di buon gusto alla bocca, portano seco ueleno mortale. E bēche per allora non si senta il loro effetto, che è il debilitare il calore, e la uirtu radicale dello stomaco, e i mēbri principali; diminuire i buoni humori del corpo, e lassarui tristi, di che ne segue spesso la morte: nō dimeno lasciano una maluagia qualità, & impresione nella persona, che è cosa strana. Questi galant'huomini douer rebbono fare esperienza delle loro triache sopra i turchi, e saracini, e non sopra li uicini, e christiani. Non si debbe fare il salasso sì ampio, ch'egli impedisca di rifarlo, quando soprauenisse di nuouo il bisogno.

Le *Pillole* cōmuni sono approuate infra tutte l'altre medicine preseruatiue, per quelli, à i quali elle sono appropriate: la onde dice Ruffo compositore di quelle, chē mai ha uisto coloro, che l'hanno usate, non essere stati conseruati, e liberi dalla peste. Nella composizione di esse entra mirra, & aloè, che conseruano i corpi dalla putrefazione. Alcuni ne pigliano due
 uolte

uolte la settimana, per giorni interposti, e per ciaschuna uolta il peso di mezzo scudo, in tre pillole, da mattina; altri ne pigliano, ciascun giorno una innanzi cena, & altri da mattina; però ciascun faccia, secondo, che si sente carico, e secondo il consiglio. Et è buono berui subito sopra un sorso di buon uino, temperato con un poco di acqua rosa, e di acetosa. E se fussero dure si possono mollificare con un poco di sugo di limone, ò con uino. Alcuni dottori ci aggiungono altre droghe secondo la cōpleksione della persona, e dell'humore, che si ha da purgare. Et in tempo caldo fanno lauare l'aloè, e la mirra: & per quegli, che hanno il fegato caldo, cō acqua rosa, & indiuiua. Ciascun fa, come l'intende, ma è bene appigliarsi al cōfiglio de gli sperimentati, & approuati.

Quegli, che hāno le moroide colanti, & uorranno usare di dette pillole, ui facciano in incorporare un poco di mastice. Quelli, che hanno il uentre lubrico, ò escorizione d'intestini non ne usino senza consiglio. Le donne grauide, & quelle, che sono suggette à flusso di sangue, se ne debbono astenere.

Tra l'altre medicine preseruatiue è cosa molto approuata pigliare la mattina un fico secco, una noce, e quattro, ò cinque foglie di ruta, tagliate insieme: e per poterlo meglio inghiottire, è ben pigliare un sorso di buon uino. Ma alle donne grauide basta pigliare le sudette cose senza la ruta. In tempo caldo sarebbe buono temperare il detto uino con un poco di acqua
rosa,

rosa, ò di acetosa.

Alcuni pigliano cinque hore ināzi pasto, tre uolte la settimana, per giorni interposti, il peso di mezzo scudo, di mitridate, ò di triaca stēperata con un poco di buon uino. Ma ne' tempi caldi, e per le complessioni calde, sarebbe bene incorporarui quanto è il peso di uno scudo, di conferua di rose, e stēperare con acqua di acetosa.

Il mitridate è di sì gran uirtu contra il ueleno, che si legge, che il Re Mitridate, il quale ne compose la ricetta, & ne uso per lungo tempo, non si pote mai far morire di ueleno. La buona triaca non è di minor uirtu: ma si douerebbono ben punire questi ingānatori, che la uēdono falsificata: peroche sono essi cagione della morte del popolo, che la crede hauer buona, & nō è di alcuna uirtu.

Alcuni pigliano in tempo caldo, quattro, ò cinque foglie di acetosa, e poi beono un dito di acqua della medesima, che è cosa eccellente. E buono ancora in ogni stagione pigliare la mattina, i giorni interposti, in un bicchiere un dito di acqua contra peste, la quale si fa così. Piglisi del mese di Giugno, cardon benedetto, ò *vero come noi diciamo, Cardo santo*; pimpinella ò uerò selbastrella; scabbiosa, egenziana, tanto dell'una, quanto dell'altra; fiori di buglossia; rose rosse; acetosa, grossa, ò minuta, & morsus diaboli, il doppio più dell'altre: & pongasi ogni cosa in molle nel uin bianco, & acqua rosa, e ui stiano una notte; & appressò si distillino;

stillino ; mettendoui poi sopra , per ogni libbra di dette herbe, mezza oncia di bolo Armenico in poluere ; aumentando à proporzione, secondo la quantità dell'herbe distillate : & per ogni boccal d'acqua uscitanee, pongaui sopra, quanto è il peso d'uno scudo , di zafferano, & mezza oncia di sandalo citrino in poluere : ponendo ogni cosa in una caraffa ben turata, e tenédola al sole per un mese. Questa acqua è molto eccellente, a darne à bere di subito , à chi si sente appestato . Se quando si piglia, ui si mettera sopra un poco di zucchero, ò di canella, sarà nel bere di miglior gusto. E chi non trouasse della detta herba morsus diaboli , mettaui il doppio piu di acetosa. E perche si sappia come è fatta, ell'ha la barba quasi mezza tagliata, ò ricisa ; e si dice, ch'ella si chiama cosi, per hauer la morsicata il diauolo, pēsando di struggerla, e priuarne della uirtu , che in essa si ritruoua . E chi non uolesse distillare, e fare la detta acqua, distilli à parte del detto Cardon benedetto, e dell'acetosa, e ciascul' usi di quella, che piu gli piacerà, cambiando qualche uolta. L'alicorno temperato con il uino, ò con altro liquore, ò uero in poluere, ha grā uirtu contra questo male, cosi per preseruare, come per curare .

C O R E G G I O . Metti una molena , ò uero midolla di pane in aceto, & appressò mettiui dētro bolo armeno elettissimo : & ogni mattina à bonissima hora, mangia di questa composizione, che sarà perfettissima : & è facil rimedio al non appestarsi : e se non hauesi bolo metti-
ui so-

ui sopra del zolfo.

Rimedio eccellentissimo fara ancora il pigliare mezza dramma di terra sigillata; & altrettanto di bolo armeno eletto, cō un poco di uino odorato, la mattina à buon'hora, qualche uolta la settimana.

Vsa piacendoti il decotto di quell'herba, che si chiama gralga, latino onobrichis; e da altri capraria, ò uero capraggine, che nasce in gran copia ne i luoghi grassi, che fara rimedio ottimo, e senza spesa per te, e per tutta la tua famiglia, pigliandone ogni mattina quasi un bicchiere in forma di sciloppo. *Ma fara meglio per auentura, non si potendo farne in ogni tempo decozzione, stillarne acqua, come so certissimo, che ha fatto fare in gran copia à questi giorni, vn gentil'huomo nostro Fiorentino, e principale; in vna sua villa in quel di prato. Il quale perche è personaggio d'importanza, e forza che habbia hauuto questa ricetta di buon luogo. E perche come dice il COREGGIO, di quest'herba si truoua grandissima quantità, quasi per tutto in queste nostre parti, è facilissimo à chiunque vuole, farne acqua, per questo bisogno, e serbarla, e seruirsene, bisognando.*

VIRTÙ INFINITE (dice il GARBO)
delle pillole, che sono appropriate al
tempo di pestilenza. CAP. XXI.

E Ssendo questa sorte di pillole estremamente lodato da mastro TOMMASO del Garbo Fiorentino, habbiamo pensato trattarne separatamente con le sue proprie parole, dice addunque.

Queste

Queste pillole sono ottime à preseruare l'huomo dalla pestilenzia, e sono prouate, e molto commendate, e sono senza guardia . E la intitolazione, e descrizione di esse si è pillole gloriose di Giouanni Damasceno . Le quali marauigliosamente preseruano i corpi dalla pestilenzia, & d'apostemazioni di febre, e da tutte l'infermità del cuore, & hanno virtu di vietare, l'incanutire dell'huomo, e simile l'inuecchiare, & producono allegrezza, e gaudio .

Fortificano l'intelletto dell'huomo ; preseruano la memoria ; conseruano il vedere, il cuore, e lo stomaco ; & nettano gl'interiori da tutte le superfluità corrotte ; & preseruano colui, chi l'usa da molte maligne infermità ; mirabilmente adoperano contra il catarro, il quale nel corpo dell'huomo fusse anticato ; o fusse di nuouo venuto : e nettano il petto : Mandano via il dolore delle coscie, e prolungano la vita dell'huomo, la quale alcuna uolta, per gran quantità d'humori si abbrevia . E possonsi pigliare inanzi al cibo, e dopo il cibo ; ma meglio è, che si piglino, quando l'huomo va à dormire, ò vero la mattina per tempo . E pigliasene, ò vna, ò dua, ò tre, ò cinque, secondo il tempo, la forza, & il bisogno di chi le piglia : & secondo il bisogno, che ha di votarsi, ò vero euacuarfi chi l'usa . E se auuenisse, che uotassino il ventre di buoni humori ; niente dimeno fanno dentro grandissimo giouamento, peroche spandono il loro fumo per tutto il corpo, purgando il sangue, & l'altre malizie ; & à tempo di peste
ogni

ogni di se ne puo pigliare, secondo la stitichità del corpo.

LA RICETTA E QUESTA, TOGLI.

Bretonica, oncia mezza, Pimpinella, cioè Selbastrella, oncia mezza, Camedrios, cioè Querciuiola, oncia vna, Mirra eletta, oncia mezza, Aloè patico, oncia vna e mezzo, Zafferano oncia mezza, Bolo Armeno, oncia mezza.

Tutte le dette cose si vogliono pestare, e stacciare minutissime, e ridotte in poluere farne pillole.

COME DEBBANO HAVERSI CVRA coloro, che gouernano gl'infermi, vñano con essi, ò gli visitano, per conseruari. CAP. XXIII.

Sono in questo capitolo molte cose notabili, e che possono essere di giouamento à tutti.

FICINO. Qualunque gli gouerna, oltre alle cose dette, che si deono vsare per conseruare, cioè triaca, pillole, e cose simili: se non è molto pouero di sangue, se ne tragga alquanto della vena comune. Fatta buona purgagione con dette pillole, drāma vna, ò almeno drāma mezza è vtile. Pigli la poluere piu volte, e medicina da ammorbati, e stia piu discosto, che può, massime se è digiuno.

Apra spesso l'habitazioni; e faccia profumi di cose dette; non dimenticando mai la tremē tina: porti in mano gran lumiera, ò molta bracia bene accesa, e fumigante di buoni odori:

E

lauisi

lauisi tutto con aceto tiepido due volte il giorno, da mattina, e sera. Mutisi i panni del dosso spesso, e spesso gli profumi, massime con incenso, trementina, ginepro, mirto, sandali, rose, canfora, ramerino, alloro, ò cose simili. Tenga in mano melarance, ò vn mazzo di ruta, ò di querciuala, e di menta, e melissa con mirto, e fiori freschi dinanzi. Stia ben purgato d'ogni superfluo cibo, & humore. Anchora ti replico quel salutifero odore: acqua rosa, aceto rosato, maluagia, e zedouaria, ò scorza di cedro: col quale sopra tutto lauisi spesso le mani, & il viso: beane alquanto, e tengane vna spugna bagnata al naso, legata in legno di frassino, perche il frassino ha tanta potenza contra il veleno, che nessuno animale velenoso s'accosta alla sua ombra, & suo odore: & prima si getterebbe nel fuoco; che si accostasse à questo. Faccia spesso fuochi grandi per tutta la casa, massime di cose odorifere. E non dica, che chi è liberato dal morbo vna volta nõ ne possa piu perire. Perche vn nostro Fiorentino in questo anno tre volte ammorbò; le due volte si liberò in tutto, ma la terza volta non pote liberarsi. Ancora in questo anno nel mese di Settembre, io liberai vna donna dal morbo: poi sendo sana, come qualunque altra persona, conuersò con ammorbati; & riamorbò dopo giorni diciotto, e perì, non hauendo le medecine à tempo. Nessuno si fidi dell'essere piu sano, e forte, che gl'altri; perche il veleno cosi uccide i forti, come i deboli: e questo veleno piu offende quelli,

quelli, che sono sanguigni, e robusti, che gl'altri, perche hāno le vie del petto aperte, il cuore molto caldo, & assai sangue caldo, & humido. Però la caldezza del cuore tira à se aria trista, per le vie larghe, e tira subito prima, che si temperi per via. La caldezza del sangue presto piglia, & infiammasi: & l'humidita subito si putrefà, e conuertesi in detto veleno. Et auuiene, come quanto piu vino, e piu potente è nel vaso, tanto piu, e piu potente aceto si fa. Così dico, quanto piu sangue, e piu potēte è nel petto, tanto piu abbondante, e piu forte veleno diuenta, quando si conuerte in veleno: e facilmente si conuerte; e per poco veleno, che si pigli, basta al conuertire, perche si fa di parte in parte, e poi l'vna parte conuerte l'altra, si come vn poco d'aceto, ò di fiele trasmuta di sapore molta materia.

Tu che governi l'infermo, sappi, che quanto piu gli sei propinquo di sangue, ò piu simile di complessione, e constellazione, piu porti pericoli di contagione. Peroche da soggetto simile à simile ageuolmente si distende la qualità, come da fuoco in aria, d'aria in acqua; d'acqua in terra: e quando due cithare, ò due corde sono in su la medesima tempera, il mouimento, e suonò dell'vna risponde nell'altra.

Se tu mi dimandi per quali vie entra questo ueleno, rispondo, per tutti i pori del corpo, massime per i piu aperti; e quando entra per bocca, e naso, e polsi, offende presto; specialmente trouando le uie aperte dentro, gl'humo

E 2

ri cal-

ri caldi, & humidi, e sottili; & se viene da humori simili, e con l'influenza di Marte. Ma quando uiene per contrario modo, & con influenza di Saturno si dimostra piu tardi. Molte uolte fa lunga dimoranza ne' panni, e circa la pelle della persona, e uie comuni, e uene di lungi dal cuore, & non pare, che iui graui, perche è poco uapore, e leggiere, & non ha quella contrarietà all'altre parti, che ha il cuore. Ma subito, che n'aggiugne punto al cuore, offende manifestamente. Similmente il ueleno del cane rabbioso & altri ueleni dopo lungo tempo dimostrano la loro offensione.

Finalmente tieni à mente, che la persona tiene il ueleno due mesi; le mura, ferri, e legnami, se non si correggono con lauande, e profumi, e fuochi per tutta l'habitazione, lo tēgono un'anno. I panni, e specialmente lani, se non si sciorinono, e suffomigano spesso, e lauinsi, e ponghinsi al fuoco, e uento, e sole, tengono il ueleno piu, che tre anni. Tu hai prouato, che una cassa tiene l'odore d'una melarancia muffata molti anni: & similmente la bambagia, del musco. Sappi, che la lana è nutrimento di questo ueleno, come l'olio del fuoco, in modo, che non solamente lo conserua, ma eziandio l'augmenta, e fortifica.

Non si debbe māgiare, ò bere con uasi d'amorbati, ne toccare cosa, che tocchino loro. Debbesi uiuer lieto, perche la letizia fortifica lo spirito uitale. Viuere continente, e sobrio, per che la sobrietà, e continenza del uiuere, è
di tanto

di tanto ualore, che Socrate filosofo con questa sola si cōseruò in molte pestilenzie estreme, che furono nella città d'Athene. Però Aristotile, e Galeno dicono, che i corpi puri sono tali, che quasi è impossibile sentino peste; ò uero se la sentono, al meno non ne periscono.

Due cose singolari dò per conseruarsi: a i ricchi lo smeraldo, per bere, per toccare, e per tenere in bocca, & al collo. La uirtu del quale è tanta contra i ueleni, che Auenzoar, Rasis, & Serapione dicono, che se le botte, e tiri lo ueggiono, caggiono loro gl'occhi: à i pueri dò il Rafano saluatico, cioè radice saluatica, un poco per volta; accioche non infiammi il sangue: perche è di tanta uirtu contra il ueleno, che Rasis dice, che il sugo fa scoppiare lo scorpione, se lo tocca. E Dioscoride dice, che chi si laua le mani col seme suo, pesto con aceto, toccherà serpenti, e non gli noceranno.

G A R B O. I notai, confessori, parenti, e medici, che vsano cō gl'ammorbati, in prima, che s'entri ne' luoghi, doue sono gl'ammorbati, si debbono fare le finestre, e gl'vsci aprire; acciò che nelle dette camere si rinuoui l'aria; e lauin si le mani con aceto, & acqua rosa; & così faccia, e intorno alla bocca, & le nari del naso. E sarebbe buono, quando entrano nelle dette camere, tenessino in bocca alquanti garofani.

Ancora è buono, che innanzi, che entrino in camera magnino due fettuccie di pane intinto in bonissimo vino, e dipoi beano il vino. Potrebbe si ancora prendere d'alcun buon con-

fetto, ò confezzione. Quando escono fuori della camera, si rinfreschino con aceto, & acqua rosa, bagnando i polsi, come disopra è detto. Et ancora i detti polsi, e le nari del naso si tocchino spesso cō vna spugna bagnata nell'aceto, la quale porti sempre in mano, & spesso l'odori; & porti in bocca garofani. Guardasi di stare presso all'infermo à stomaco digiuno, & mangi vn poco di buona confezzione. La confezzione vuole essere fresca, e declinante alla frigidità, fatta con acqua rosa, e con acqua di melissa, e di buglossa, e di zucchero. E pigli ogni mattina vna pillola in sul fare del di. E chi nō potessi pigliare la pillola, pigli vn poco di triaca, quanto vna nocciuola per volta. E se volesse bere alle volte, bea vn poco di perfettissimo vin bianco.

DEL FUGGIR PRESTO LONTANO,
e tornar tardi. CAP. XXIII.

FICINO. Io t'ho serbato nel fine del libro la dichiarazione delle regole principali in questa materia; cioè, che tu fugga le conuersazioni, massime à digiuno; e quando conuersi stà discosto dal compagno due braccia almeno & à luogo aperto. E quando è di sospetto, stà eziām piu lungi, almeno sei braccia, & allo scoperto; e fa che il vento non venga da lui in verso te. Infra te, e lui sia sole, fuoco, odori, ò vento, che soffia inuerso lui. La mensa, & il letto, & luoghi stretti, e molti fiati insieme sono di gran pericolo. Ancora ti dico chiaro, che
doue

doue è procinto di mura, ò case cōtinuate multiplica la contagione.

SOPRA TUTTO fuggi dal luogo pestilenziale presto, e di lungi, e torna tardi. Presto, dico, ipso fatto, che appariscono i segni della peste; che sono l'aria, quando escie fuori del suo naturale, di tale luogo, pendendo inuerso caldo, & humido, e nebbie, e nugoli spessi, e poluerij, e venti grossi tiepidi, come è auuenuto in questi tempi preteriti. Anchora quando l'acque, & i campi fumigano spesso, & rendono odore non buono; i pesci non hanno buon sapore & odore; & abbondano animali nati di putrefazione; fungacci, & herbacce puzzolenti; i frutti della terra, & animali sono insipidi, e si conseruano poco; & i vini diuentano torbidì. Molti animali di terra, & aria da esso luogo si dilungano: nascono infermità di febri inulitate, e continue, nascono furiose, fallaci, con affanno di petto, cadimento di polso, & farnetico, & orine torbide: scorticamento di palato, e d'intestini; roffori d'occhi, mignatte, vaiuoli, rosolie, sconcature di donne assai, ire, risse rabbiose, guerre crudeli, e miracoli di natura, ò di Dio. Nell'anno innanzi al prossimo preterito, cioè l'anno 1477. nelle feste di Natale, le reliquie di S. Pietro Apostolo, di nuovo trouate in Volterra, dimostrarono in vn mese dieci stupendi miracoli, manifesti à tutto il popolo. Onde io predissi à piu Fiorentini, credete à Marfilio FICINO, che s'apparecchia estrema tribulazione di guerra, e peste. Dipoi,

il seguente Aprile alli 26. nacque la crudeltà della feroce guerra piu che mai fussi. Poi l'Ago-
sto nacque la peste tale, quale non fu gia piu di
cento anni. Questi, & simili sono segni di peste
propinqua. Allora fuggi in prima, che sia il pri-
mo di dodici mila segnati. Imperoche se aspet-
ti tãto ne siano segnati molti, etiam se tu nō sa-
rai segnato in detto luogo, quando ti partirai,
sarai forse segnato poco poi, per due modi, ò
perche gia harai preso qualche contagione da
gl'ammorbati, ò perche harai preso la qualità
di quell'aria, si à poco à poco, che ti fara fat-
ta quasi familiare per qualche tempo, in mo-
do, che la natura non insurgera contra essa, ne
essa contra la natura. Ma andando tu cō essa al-
l'aria aliena fuggendo, quando harai presa l'al-
tr'aria, nō ti fara piu familiare la prima. Però la
natura insurgera contra essa, & essa contra la
natura, onde nasce il morbo. Anchora ti dico,
che fugga di lungi, cioè in luogo, che ne per-
sona, ne cose di tale luogo peruenga à te, e
sia in luogo, doue non si oda, ne suono, ne
romore alcuno del luogo ammorbato, e che
ui siano monti alti in mezzo, che impedischino
il vapore velenoso, ò per vento, che di la soffij;
ò pure per dilatazione, & amplificazione non
vi aggiunga. Considera, che il luogo, doue fug-
gi non si conuenga col pestilente in modo, che
sia simile in caldo, freddo, secco, humido, neb-
bie pious, e venti. Ponti in luogo, che quando
soffia vento caldo, & humido non ti venga dal
luogo ammorbato, e che le nebbie di detto luo-
go non

go non si dilatino infino à te, e che le pioe nō si muouino di là.

Sappi, che l'ascendente d'vna città, ò castello ammorbato spesso distende la peste in tutti i luoghi, da principio sottoposti à quella, e che hanno conformita con detto ascendente.

Terzo ti dico, Torna tardi, perche, per poca infezzione, che resti, basta à maculare subito quelli, che per tempo se ne sono fatti alieni. Peroche dopo il fuggire, spesso chi visita il luogo pestilente, incorre piu pericolo. Perche mal sopporta la natura il nuouo, e subito accidente: & oltra questo rimane la mala qualità, per lungo tempo, come di sopra dicemmo, nelle mura, legnami, panni &c.

In quanto alle qualità dell'aria, basta tre mesi, il quale spazio è vna delle quarte dell'anno; in modo, che doue nessuno, per tre mesi è ammorbato, l'aria s'intende purgata. Pur che sia cautissimo del toccare l'altre cose, che tengono piu il veleno, che l'aria: si come le mura della fornace tengono piu il caldo, che le legne. Ma usando le purificazioni altre volte dette, la persona si purifica in quattordici giorni, l'habitatione, legnami &c. in ventuno; i panni in ventotto. In questi tempi tieni, e porta vasi separati da bere, e mangiare, e panni di letto, almeno lenzuola; & se non puoi, laua almeno le dette cose, ò tu le profuma. La caualcatura, e pecunia, & ogni bestia, e masserizia ti puo serbare il ueleno, se non sei molto cauto. Conchiuendo preghiamo Dio donatore della uita, e re

uelatore delle medicine uere, e salutifere, che
ci riueli sufficienti rimedij contra la peste, &
conseruici il dono suo uitale, à sua laude, e glo-
ria. Amen.

Il GAREO, *Parlando di coloro, a i quali fa piu
di bisogno fuggire dice cosi.* I primi, i quali è di bi-
sogno, e necessita fuggire sono i fanciulli, e san-
guigni, & i collerici: e generalmente tutti que-
sti. Peroche comè dice Auicenna, e gl'altri au-
tori, i corpi sanguigni, & i collerici sono piu
apparecchiati à riceuere l'aria corrotta, che
gl'altri corpi d'altra complessione, cioè che i
flemmatici, e malinconici. Posto che il buono
ordine nel reggimento della loro uita gli puo
molto cōseruare dal pericolo della pestilenza,
Il quale reggimento *(di che si è trattato pur' hora
con le proprie parole del medesimo)* puo essere à
questi tali molto caro: & ancora di giouamen-
to à i corpi di coloro, che sono usi à cattui
reggimenti, cioè pletorici, cioè quelli, che so-
no ripieni di cattui humori, e di molta humi-
dita; & à i giouani, & huomini, i quali usano
molto il coito, cioè atto carnale, & à i corpi,
che molto sudano, come dice Auicenna.

DI ALCUNE COSE PIV NOTABILI,
che sono nell'opera del FICINO, delle
quali non si è parlato di sopra.

CAP. XXIIII.

IL FICINO la maggior parte de gl'ammor-
bati sanaua,

Il detto uapore uelenoso non si appicca in
corpo

corpo humano, se non ui sono humori atti alla febre, che sono humori disposti à putrefarsi, & infiammarsi. Se lo spirito uitale è piu debole che lui, lo fugge come suo contrario: Se è piu potente lo rimuoue da se. Però bisogna correggere l'aria, purgare gl'humori, e fortificare il cuore.

Questo uapore uelenoso si conerea nell'aria, nelle pestilenze piu generali, dalle constellazioni maligne, e massime dalle coniunzioni di Marte cō Saturno ne i segni humani; e da gl'eclissi de' luminari, come è la presente peste del 1478. e del 1479. E massime offende gl'huomini, è quali hanno l'ascendente infortunato per dette constellazioni. Ma nelle pestilenze piu particolari &c.

L'aria pestilenziale è quasi à gl'huomini, come l'acqua caliginosa a i pesci. Ma quello, che è ueleno a gl'huomini non è necessario, che sia sempre ueleno a gl'altri animali. Dice, sempre, perche alcuna volta è il contrario, onde si legge, che vna volta, hauendo due porci presi col grifo alcuni stracci, stati d'un pouero huomo morto di peste, e scossigli alle guance, in picciola hora appresso, dopo alcuno auolgimento, caddero morti in terra.

A questi giorni in uilla nostra un bambino d'anni due, tutto un giorno stette stretto con uno ammorbato d'anni sette, e molte uolte mà gio de' bocconi, che lui masticaua; & non si appiccò à lui, ma si ad altri, che stauano piu discosto. Ma per questo non ti fidare nel dire, io non sono forse disposto à riceuere.

Tieni

Tieni à mente questa regola fisica, che quando la materia è molto disposta; la cagione agente, per debole che sia, opera presto. Così la fauilla accende la stoppa, & il zolfo. E per contrario la cagione potentissima opera nella materia, benché non paia disposta. E benché il zolfanello pigli il fuoco più presto, che il legno; & il legno secco, e minuto più che gl'altri, niente di meno la fornace ardente accende subito le legne grosse, e uerdi. Perché la somma potenza dell'agente dispone, e forma presto. E molte uolte il uapore pestilenziale, per la forza delle cause sue, è fortissimo: e tu non sai quando ancora, che chi non è disposto in un tempo, è disposto in un'altro.

I fanciulli, e femine sono molto sottoposti alla peste, perché la materia tenera facilmente piglia, e trasmutasi, e sono pieni d'humidità putrescibile, e uiuono senz'ordine, e misura.

La febbre della peste più che l'altre fa bolla, & enfiato, perché è tanto uelenosa materia, che la natura si sforza subito rimuouerla quāto può da i membri principali.

Può detto uapore maculare qualūche humore, massime il sangue, secondo la collera, terzo la flemma, quarto la malinconia. Si che i sanguigni sono più pericolosi; i collerici poco meno; poi i flemmatici, meno che tutti i melanconici: perché l'humor freddo, e secco non è atto ad infiammarsi, e putrefarsi, massime perché hanno le vie strette, oue ha da passare il ueleno.

Però

Però i vecchi sono alquanto piu sicuri, benchè la peste di questo anno non riguarda i vecchi, forse perche oltre all'altre maligne constellationi, Saturno retrogrado fu signor dell'anno &c.

Nota, che quando il vapore pestilenziale dura assai tempo nell'aria, egli macula l'acqua, & i frutti della terra. Per la qual cosa è piu sicurtà cuocere l'acqua, e fare eziandio acqua ferrata, e con essa inacquare il vino: perche il vino fumoso, & etiam il vin puro in detti tempi, secondo Auicenna, e Rasis, non si conuiene. Bisogna ancora l'altre cose cuocerle, ò correggerle cō odori buoni, e sapori falsi, & acetosi, massime quando la peste nasce da Tremoti, & è piu vtile vsare cose di luoghi aridi, odoriferi, e montuosi, che altre cose, & habitare i mōti, & in palco.

Sappi, che il fiore della vite è vtile molto nel vino, & in viuande, & in lattouari: e che l'acqua della scabbiosa, e melissa è mirabile in tutte le cose, che si danno a' sani, & a gl'infermi, perche disecca l'humidità velenosa.

Tieni a mente, che in ogni rimedio stanno bene quattro cose, cioè vin bianco, aceto rosato bianco, acqua rosa, per eguale parte, e minima parte di zafferano.

Conuiensi à i sanguigni la flebotomia, cioè trarre il sangue per conseruargli, se gia non hauesino altro flusso di sangue: E sanguigni intendendo huomini conuenientemēte carnosì, rossi, pilosi, di vene grosse, robusti, e che vsono cose di gran nutrimento trahi il sangue della ba-

alica

filica destra; & indi à due mesi dalla sinistra.

Ricordo, secondo l'esperienza d'Hippocrate, à i gouernatori delle Republiche, che se ordinassino, si facessino fuochi, e profumi di ginepro, mirto, e trementina, & incenso, mattina, e sera, fuori alle porte di qualunque casa, si spegnerebbe la peste subito. In luogo di ginepro è buono l'alloro, saluia, ramerino, e tutte l'herbe odorifere. La trementina è mirabile. Molti dottori dicono, che sempre nella peste il fuoco è vtile, perche dissolue ogni vapore. Ramondo dice, conuenirsi solo, quando i vapori appariscono grossi, & humidi.

Ricordoti, che vñ rimedij continui, stando in luogo infetto, ò presso, perche la contagione è spesso, & l'aria infetta continuamente offende.

Sappi, che il veleno pestilente si muoue forte nel leuare del Sole; e nel porre, e nel mezzo giorno, e mezza notte, secondo Rasis.

Habbiamo sperimentato, che la siccità lunga nel caldo minuisce la peste, e nel freddo la spegne.

N V O V O R I M E D I O P R E S E R V A T I V O
dalla peste: e curatiuo, quando
s'habbia.

SI ha nuoue di Milano, che al presente da molti si vñ l'infra scritto rimedio, stato quiui portato da vn Prete Tedesco; & è approuato dal collegio de' Medici. Forano la borsa de' testicoli con vn ago da sacchi infocato; e vi lasciano dentro

détro vn filo poco piu grosso d'vn filo (come dicono) Genoeſe: e ſi fa quello in due luoghi, fra vna vena, che diuide vn teſticolo dall'altro. Il quale rimedio dicono, che rieſce marauiglioso, peroche per detti lacci ſi tira fuora la materia atta à riceuere la peſte: & eſſendoli riceuuta, ſi caua la malignita del male: & in 24. hore ſi reſta libero. E per quelli, che ſe gli ſono fatti ſ'intende, che il fare detto rimedio, e portare i lacci è ſenza dolore.

Come ſi è detto di ſopra, non è ſtato noſtra intenzione ragionare ſe non del modo di preſeruarſi, per regola di vita, e mediante alcuni rimedij preſeruatiui, che ſi poſſono da tutti fare ageuolmente. E però non ſi è detto alcuna coſa del modo di curare il male, venuto, che ſia; eſſendo, che allora niuno puo, ne debbe gouernarſi, ne medicarſi à ſuo ſenno, ma con conſiglio di periti medici. Concioſia che ſi come è coſa conueniente, e molto vtile à tutti il ſapere come ſi debba viuere per conſeruarſi ſani: coſi ſolo à i medici appartiene curare gl'infermi, e medicare. Tutto, che ſi è detto di ſopra, ſi è detto con le proprie parole de gl'autori, e ſe pure è ſtato alcuna volta neceſſario, per appicare le materie inſieme, ò per altra cagione dire alcuna coſa, ſi è fatto d'altra ſorte lettera, accioche ſi veggia eſpreſſo, doue propriamente parlano gl'autori.

E R R O R I.

A carte 3. doue dice, molti libri, leggi, alcuni di molti libri: à carte 4. dotti medici, detti medici: à carte 43. è approuato, non è approuato.

Tauola de' Capitoli.

D Ell'aria, habitazione, e venti. Cap. 1. a carte	20
Del fuoco. Cap. 2.	22
Delle suffumigazioni, ò vero modi di purgare l'aria dentro all'habitazioni. Cap. 3.	24
A che hora si debba vscire di casa la mattina. Cap. 4.	25
Del pane, carne, e condimenti acetosi. Cap. 5.	26
Del mangiare, e bere ingenere. Cap. 6.	28
Dell'vuoua, e de' pesci. Cap. 8.	30
Del latte, formaggio, ricotte, & insalata. Cap. 9.	31
Che scodella si debba vsare, e delle cinaie, ò vero legumi. Cap. 10.	34
Che interiora d'Animali siano concedute. Cap. 11.	35
Che frutte si debbano vsare. Cap. 12.	35
Delle spezierie. Cap. 13.	37
Della salsa, e saure. Cap. 14.	38
Che vini si debbano vsare. Cap. 15.	39
Del lauarsi, tenere pulite le vestimenta, & le stanze; & vsare odori. Cap. 16.	42
Come si debba confortare il cuore; tenere lieta la mente, e guardarsi dal coito. Cap. 17.	46
Del dormire, e vegliare. Cap. 18.	50
Dell'esercizio del corpo. Cap. 19.	51
Delle fregagioni delle parti estreme. Cap. 20.	52
Dell'euacuazione, e lasciar fare suo corso ad alcuni mali. Cap. 21.	53
Della triaca, e del mitridato, & altri preseruatiui dalla peste. Cap. 22.	55
Virtu infinite (dice il GARBO) delle pillole, che sono appropriate al tempo di pestilenzia. Cap. 23.	63
Come debbano hauerli cura coloro, che gouernano gli infermi, vsano con essi, ò gli visitano, per conseruarsi. Cap. 24.	65
Del fuggire presto lontano, e tornar tardi. Cap. 25.	70
Di alcune cose piu notabili, che sono nell'opera del FICINO, delle quali nõ si è parlato di sopra. Cap. 26.	74
Nuouo rimedio preseruatiuo dalla peste: e curatiuo, quando s'habbia.	78

I L F I N E.

